

대학생의 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계: 자아존중감과 자기통제의 이중매개효과*

김 수 진¹⁾

한남대학교 상담학과

최 지 영²⁾

한남대학교 교육학과

본 연구의 목적은 대학생의 애착불안과 SNS 중독경향성 간의 관계에서 자아존중감과 자기통제가 매개 역할을 하는지 확인하는 것에 있다. 이를 확인하기 위해 대전·충남 지역의 대학교에 재학 중인 대학생 341명을 대상으로 설문조사를 실시하였으며 수집된 데이터는 SPSS 19.0 및 AMOS 18.0으로 검증 후 구조방정식 모형(Structural Equation Modeling: SEM)을 통해 분석하였다. 그 주요결과는 다음과 같다. 먼저 애착불안과 SNS 중독경향성은 유의미한 정적 상관, 자아존중감과 SNS 중독경향성은 유의미한 부적 상관, 자기통제는 SNS 중독경향성과 유의미한 부적 상관이 있음이 확인되었다. 또한 애착불안 수준이 높을수록 자아존중감과 자기통제에 부정적인 영향을 미쳐 SNS 중독경향성을 높이는 것으로 나타났다. 이러한 연구 결과를 통해 애착이 불안정할수록 자기 가치를 타인의 기준으로 평가할 수 있고 이를 극복하기 위해 가상세계에 자신이 원하는 모습을 표현하고자 SNS에 지나치게 몰입하게 될 수 있으며 즉각적인 즐거움만을 추구하며 충동을 조절하지 못해 SNS를 과다사용할 수 있다는 것을 알 수 있다. 이 연구는 대학생을 위한 SNS 중독문제에 대한 상담 및 교육 장면에서 통합적인 이해와 접근이 필요함을 시사한다는 점에서 의의가 있다.

주요어 : 대학생, SNS 중독경향성, 애착불안, 자아존중감, 자기통제

* 본 논문은 김수진의 석사학위논문(2020)의 일부를 수정, 보완한 것임.

본 논문은 2021년 한국인간발달학회 춘계학술대회에서 포스터 논문으로 발표한 논문을 확장시킨 것임.

1) 한남대학교 대학원 상담학과, 석사

2) 교신저자 : 한남대학교 교육학과, 교수 (E-mail: choi0122@hnu.kr)

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

나이나 이용자의 수를 제한하지 않고 시간과 공간의 제약을 받지 않는 이용의 편리성, 그리고 저렴한 데이터 사용료 등의 이유로 매년 스마트폰을 이용한 인터넷 사용자의 수가 꾸준히 증가하고 있다. 과학기술정보통신부(2021a)의 ‘2020 인터넷이용실태조사 요약보고서’를 보면 성인의 스마트폰 과의존위험군 현황은 22.2%이며, 연령별로는 20대가 30.4%으로 가장 높았다. 다른 연령대에 비해 20대의 높은 스마트폰 과의존도 결과와 맞물리게 현재 대학가에도 스마트폰 과다사용에 대한 우려와 스마트폰 중독 상담에 대한 관심이 나타나고 있다. 정보통신정책연구원(2015)의 ‘2014년 한국미디어패널조사’에 따르면 대학생의 하루평균 미디어 이용 시간은 7시간 52분이며 그 중 스마트폰이 140분으로 가장 높게 나왔고, 2015년 연구에서는 대학생이 전체 인구집단 중 스마트폰 보유율이 가장 높으면서 중독 위험군도 가장 많은 집단으로 나타났다. 이처럼 대학생의 스마트폰의 과다사용이나 중독에 대한 우려에도 불구하고 스마트폰은 생활의 편리함과 즐거움을 제공하기 때문에 우리의 삶에서 떼어내기 어려운 것이 사실이다. 스마트폰을 사용하는 주목적으로는 커뮤니케이션과 여가활동, 자료 및 정보획득 등이 있는데 이러한 기능을 원활하게 사용할 수 있는 다양한 영역 중 하나로 SNS(social network service)가 있다.

SNS는 social network service의 약자로 SNS의

특징과 정의를 종합해 생각해보자면 폭 넓은 대인관계가 이루어질 수 있도록 돕는 인터넷 매체로 정의할 수 있다. 만 6세 이상 인터넷 이용자 중 최근 1년 이내 SNS를 이용한 사람의 비율은 65.9%이며 주 평균 이용 빈도는 21.9회, 주 평균 이용 시간은 65.8분으로 이용자의 75.5%가 친구/교제를 위해 SNS를 한다고 답하였다. 특히 스마트폰 과의존위험군인 사람들은 SNS 이용 정도를 7점 만점에 4.78점으로 표시하며 25개 항목 중 5번째로 많이 이용하고 있는 것으로 나타났다(과학기술정보통신부, 2021b).

Erikson(1968)은 대인관계를 통해 친밀감을 경험하고, 친밀한 관계를 맺는 능력을 발달시키는 것이 성인기의 중요한 심리·사회적 과업이라고 하였다. 성인기에는 부모로부터 정서적, 사회적, 심리적 독립을 요구받고 청소년기에 비해 성숙한 대인관계 능력이 요구되지만, 타인과의 친밀감 형성의 어려움은 위축감을 느끼게 하고 고립감의 발달로 이어지면서 많은 심리적 어려움을 야기할 수 있다(권석만, 2017; 안중근, 2021; 전해성, 홍구표, 2017). 이러한 대학생의 친밀감 형성욕구는 최근 SNS에서 더욱 활발하게 표현되고 있다. 과거처럼 대인 관계를 형성하기 위한 많은 노력 없이도 인맥관리가 가능하게 되었고(피승정, 2012), SNS의 다양한 기능들을 통해 타인과 교류하고, 정보를 교환하고, 사회적 문제에 대한 의견을 듣는 등 여러 가지 사회적 관계에 참여할 수 있게 되었다(신성만, 김재영, 라영안, 2016). 오프라인 대인관계가 SNS로 반영되고 SNS에서의 대인적 상호작용이 실제의 대인관계의 형성 및 발전, 유지에 긍정적인 영향을

발휘할 가능성이 높아 모바일 환경은 의사소통 채널로서 SNS에 더욱 의존하게 되었다는 연구 결과(최세경, 곽규태, 이봉규, 2012)가 있을 만큼 현대의 대인관계의 형성 및 유지에 SNS는 큰 영향을 미친다고 볼 수 있다. 이처럼 많은 사람들이 이용하고 있는 SNS는 단순한 유희나 여가의 활용 차원뿐만 아니라 인맥 관리와 자신의 정체성을 표출할 수 있는 유용한 도구이다(홍신영, 2015).

그러나 개인 및 사회가 정보공유 및 대인관계 형성 등 SNS의 기능을 통해 긍정적인 영향을 받을 수 있으나 SNS가 긍정적인 기능만을 가지고 있는 것은 아니다. SNS를 통하여 맺어진 피상적인 대인관계는 직접 대면하여 소통하는 일이 줄어들게 되고, SNS상에서만 친분을 유지하게 되어 SNS를 사용하는 시간이 많을수록 대인관계 문제가 높게 나타난다(손희주 등, 2018). 실제 생활에서 겪는 대인관계에서의 문제를 회피하고 SNS를 통해 형성된 관계에 과도하게 의존하게 되면 타인의 반응에 집착하게 되는 양극적인 관계적 특징을 일으킬 수 있고, 이는 실제 대인관계에 부정적인 영향을 주어 만족감 저하가 일어날 수 있다(신성만 등, 2016). 또한 부분적 혹은 전체적인 익명성을 바탕으로 사용되는 SNS의 특성을 이용한 자극적이거나 잘못된 정보 제공, 지나친 사용으로 인한 중독 문제 등 심리·정서적으로 부적응적인 상황이 야기되기도 한다. 지나친 SNS 사용은 학업이나 업무의 효율을 떨어뜨리고 시간 관리를 하기 어렵게 만들기도 하며, SNS를 더 많이 사용할수록 학업에 집중하는 시간이 줄어들어 낮은 성적과 SNS 사용 문제가 더 많아진다는 연구 결과도 있다(손희주

등, 2018). 시력 저하나 수면 부족, 가족 간의 대화단절 등의 문제(우공선, 2011)와 더불어 개인 정보 유출로 인한 범죄 노출 및 허위정보 유포 등과 같은 위험을 야기할 수 있는데 이러한 위험성에도 SNS는 다른 중독과 같이 뇌에 영향을 주어 도파민을 분비하게 만들어 게임, TV 중독과 같은 영향을 미치며 술이나 담배보다 더욱 중독성이 강하다(송혜진, 2011). 그리하여 3억 5천만 명이 페이스북 북에 대한 중독으로 보고되기도 할 만큼 SNS를 과다 사용하는 인구가 전 세계적으로 증가하고 있고(이영미, 2016), 특히 대학생은 이제 막 성인이 된 시기로 자유는 증가하지만 사회의 규제는 이에 비해 급격히 낮아지는 시기이므로, 이전의 다른 시기보다 중독 위험에 있어서 취약할 수 있기 때문에 이들에 대한 관심과 연구가 더욱 필요하다고 볼 수 있다(권예진, 김다빈, 서보경 2019).

인터넷과 스마트폰 중독에 대한 연구는 꾸준히 이루어져 왔지만 한 영역으로서 SNS에 대한 선행연구는 최근에 이루어지기 시작하였고, 주로 SNS의 유형에 대한 연구와 SNS 활용 방안에 대한 연구에서 시작되어 현재에는 과다 사용 및 SNS 중독경향성에 대한 위험성에 대한 연구로 그 흐름이 이어지고 있다. 그동안의 SNS 중독경향성에 대한 연구는 SNS를 과다 사용하거나 중독에 가깝게 이르게 하는 요인들을 탐색하기 위해 개인 심리적, 사회 심리적 요인들을 탐색하는 연구가 주를 이루었다. 국내의 많은 선행 연구에서 SNS 중독경향성을 예측하는 변인으로 기본적으로 성별과 나이와 같은 인구사회적 요인을 다루었는데, 많은 연구에서 여성이 남성보다 SNS 중독성향

이 높다고 보고하였으나(권예진 등 2019; 박미향, 김정숙, 함경애, 2014; 윤명숙, 박완경, 2014; 이영미, 2016; 피승정, 2012) 홍신영의 연구(2015)에서는 성별에 따른 SNS 중독경향성에 유의미한 차이가 없었다고 보고하였다. 그 외의 많이 연구된 변인으로는 성인애착에 대한 연구가 있다.

애착이란 심리적 혹은 신체적으로 안정감과 편안함을 주는 소수의 특정한 대상과 접촉을 유지하려는 개인의 안정적인 성향을 말하는데 (Berman & Sperling, 1994), 최세경 등(2012)에 따르면 부모애착에서 친밀감은 중요한 정서이며 주양육자와 친밀감을 형성하지 못할 경우 심리적 의존성이 강한 특정 미디어를 이용할 때 대인관계에서의 유대감과 비슷한 애착을 느낀다. MacLean(1990)은 안정적으로 애착을 형성하지 못한 개인의 중독 증상은 몰두하는 대상과 가까워지고 싶은 욕구의 반영이며 대상에 대한 의존을 통해 안전함을 느끼고자 하는 행동으로 보았고, Flores(2010: 박지수, 서영석, 2018)에서 재인용)는 애착은 중독경향성과도 관련이 있어 애착 형성과 유지에 어려움을 겪은 사람은 결핍을 보상하기 위한 행위로 대체물에 집착하게 되는 경향이 있으며, 결국 중독은 애착장애의 한 유형이라고 하였다. 예를 들면 불안정 애착 성향의 사람들은 부정적인 정서 조절로 인해 알코올 등과 같은 물질을 남용해 중독에 이를 수 있는 것처럼, 직접적인 관계를 통하여 부정적인 정서를 해소하는 것을 어려워해 SNS를 과도하게 사용해 SNS 중독에 이를 수 있다는 것이다(박지수, 서영석, 2018). 기존의 선행 연구에서도 SNS 중독경향성을 예측하는 요인으로 애착유형과의 상관관

계를 분석한 연구들이 많고, 대부분의 연구에서 유의미한 상관관계가 있다고 보고하였다. 고보숙과 박정환의 연구(2018)에서는 부모와 안정적으로 애착이 형성되었을수록 SNS 중독경향성이 감소한다고 보고하였고, 하태희의 연구(2016)에서는 회피애착과 불안애착은 각각 SNS 중독경향성에 영향을 미친다고 하였다. 권예진 등(2019)도 애착회피와 애착불안은 SNS 중독경향성에 영향을 미친다고 보고하였다. 그러나 송병준의 연구(2017)에서는 애착불안과 애착회피 중 애착불안만이 SNS 중독경향성에 영향을 미친다고 보고하였고, 이선경과 김정규의 연구(2019)에서는 애착불안이 높을수록 거부불안과 거부기대가 높아 SNS 중독경향성에 영향을 미치나 애착회피는 SNS 중독경향성에 영향을 미치지 않는다고 하였다. 김지은의 연구(2019)에서도 중학생의 애착유형 중 불안애착은 SNS 중독경향성에 유의미한 영향을 미치나 회피애착은 SNS 중독경향성에 유의미한 영향을 미치지 않는다고 보고하였고, 박지수와 서영석(2018)은 회피애착과 불안애착이 SNS 중독경향성에 직접적인 영향을 주지 않는다고 보고하였다. 이처럼 성인애착이 SNS 중독경향성에 미치는 영향에 대한 연구 결과가 서로 상이하므로 SNS의 주 사용 목적에는 친목·교제의 목적이 가장 크기 때문에 본 연구에서는 성인애착 중 애착불안의 특성인 타인과 긴밀한 관계를 형성하고 싶은 욕구가 SNS 상에서도 나타나 중독경향성에 영향을 줄 것으로 가정하였다.

자아존중감 역시 SNS 중독경향성을 예측할 수 있는 주요 변인으로 생각해볼 수 있는데, 자아존중감이란 개인의 자기 존중의 정도와

자기 자신을 가치 있는 사람으로 생각하는 정도로(이진령, 유정선, 허균, 2014), 자신이 얼마나 중요한 사람인지에 대한 자신의 판단이다(Rosenberg, 1965). 자아존중감은 자기 자신의 가치에 대한 포괄적인 긍정적 혹은 부정적 평가를 의미하며 자신감과 같은 정서적인 반응을 포함하며(신명희 등, 2017), 능력 및 사회적 수용이라는 두 가지 경험에 대한 자기평가의 결과라고 할 수 있고, 사람들이 중요한 타자를 어떻게 지각하는가, 그리고 특정 평가의 상대적 중요성은 어떻게 변화하는가에 따라서 자아존중감을 포괄적인 의미에서 증가시키거나 감소시킬 수 있다(박은희, 2014). 자아존중감은 정의적(affective) 측면과 아울러 인지적(cognitive)이고 행동적(behavioral) 측면을 모두 포함하는 요소이므로, 개인의 적응 및 건강한 성격발달과 자아실현에 있어서 중요한 요소가 된다(김영숙, 2002). SNS는 사회생활에 적응하는 것을 어려워하거나 타인에게 인정을 받지 못해 낮은 자아 존중감을 가진 사람들에게 있어 매우 유혹적인 공간으로 느껴져 SNS 중독 경향성을 촉진할 수 있는데(권예진 등, 2019), SNS에서 자신을 가상의 인물처럼 꾸미거나 포장할 수 있어 현실에서의 불만족스러운 자신의 모습보다 SNS 속 자신의 모습에 더욱 만족스러움을 느낄 수 있기 때문이다. 이인숙과 조주연(2012), 박미향 등(2014)의 연구에서도 자아존중감이 낮은 대학생들이 스스로의 가치에 대한 불신으로 인해 타인의 평가와 피드백에 의존하게 되어 그것이 SNS에 게시물을 올리고 타인의 평가에 몰입하는 것으로 이어지며 SNS 중독경향성이 나타난다고 하였다. 손희주 등의 연구(2018)에서도 SNS 사용 시간과

자아존중감에는 서로 상관이 있다고 보고하였고, 권예진 등(2019)에서도 자아존중감은 SNS 중독경향성에 유의미한 영향을 미친다고 하였다. 선행연구 결과를 바탕으로 자아존중감은 SNS 중독경향성과 긴밀한 관련이 있다고 볼 수 있다.

한편 중독에 관련된 선행연구에서 자기통제가 중요한 요인이 된다는 결과들에 비해 SNS 중독경향성의 예측 요인으로 자기통제를 설정하여 이루어진 연구는 최근 들어 이루어지고 있다. 자기통제는 즉각적인 욕구나 충동을 조절하여 장기적인 만족을 추구하는 것으로 유혹 저항 능력과 만족 지연 능력, 충동 억제 능력으로 구성되어 있다. 이는 상황에 적합하게 행동하는 능력이며(진미령, 신성만, 2016), 자신의 인지, 정서, 행동을 스스로 조절할 수 있는 능력이다(남영옥, 이상준, 2005). 그렇기 때문에 자기통제의 실패는 충동조절 장애 또는 중독 등 부정적인 결과로 나타나기 쉽다(서민영, 임은미, 2012). Logue(1995: 조화진, 조희연, 김성희, 최은경, 2018에서 재인용)는 인간이 자신의 행동을 통제하는 것에 실패할 때 행동 중독이나 충동조절장애 등의 문제 행동이 발생한다고 주장하며 중독에 있어서 자기통제가 중요하다고 하였다. 자기통제력이 낮은 사람들은 오랜 시간이 요구되는 목표 설정이나 기다림을 어려워하여 즉각적인 해결을 위해 가상공간을 이용할 수 있다(김유연, 2014). 홍은택의 연구(2020)에서 자기통제와 SNS 중독 경향성은 영향을 미친다고 보고하였고, 조화진 등의 연구(2018)와 손종우와 이영순의 연구(2020)에서도 자기통제력은 SNS 중독경향성에 영향을 미쳤다. 고정아, 김지영과 김혜영의 연

구(2020)에서도 SNS 중독경향성은 자기통제력과 서로 영향이 있었다. 그동안의 중독 관련 선행연구와 SNS 중독경향성과의 관계에 관련한 선행연구를 바탕으로 본 연구에서도 자기통제가 SNS 중독경향성에 유의미한 영향을 미칠 것으로 기대된다.

애착유형은 자아존중감과 자기통제에도 직접적인 영향을 미치는 것으로 알려져 있는데, Bowlby(1969)는 초기 양육자와의 애착을 통해 자신의 표상인 자아존중감을 형성하는 것에 직접적인 영향을 받을 수 있다고 주장하였다. 초기 양육자의 민감하고 지지적인 양육 태도는 자녀가 안정 애착을 형성할 수 있도록 돕고, 이를 통해 내적작동모델이 형성되어 자기 스스로가 가치 있는 존재라는 믿음을 갖게 되어 자아존중감이 발달한다는 것이다. 국내에서도 애착유형과 자아존중감의 관계에 대한 선행연구는 꾸준히 이루어져 왔는데 박은경의 연구(1992)에서는 불안정 애착 집단보다 안정 애착 집단의 자아존중감이 유의미하게 높음을 보고하였고, 청소년을 대상으로 한 오송희의 연구(1998)에서도 개인의 애착 체계에서 자아존중감이 가장 높은 상관을 보였으며, 자아존중감이 높은 사람들은 스스로에 대해 자신감을 가지고, 긍정적인 관점에서 대인관계를 형성해 갈등 상황이 적다고 보고한 연구(김혜령, 2003)도 있다. 또 대학생을 대상으로 한 이미경의 연구(2009)에서는 애착이 안정될수록 스스로에 대한 자신이 있다고 보고하였고, 친밀감을 편안하게 느끼고 다른 사람에게 의존할 수 있는 사람들은 스스로에 대한 긍정적인 관점과 높은 자기 가치감을 가지게 된다는 최은정의 연구(2016)를 바탕으로, 안정적으로 애착

을 형성하여 타인과 친밀한 관계를 맺는 것에 편안함을 느끼고 의존할 수 있는 사람들이 스스로에 대한 긍정적인 관점을 가져 자기 가치감 역시 높게 가지게 된다고 볼 수 있다. 이러한 선행연구를 바탕으로 본 연구에서도 애착 불안이 높을수록 자아존중감을 낮아져 자신이 원하는 인간상을 표현하기 위해 SNS의 중독적인 사용에 영향을 미칠 것으로 가정하였다.

자기통제는 초기 아동기부터 발달하기 시작해 부모의 양육과정을 통해 주로 영향을 받는다. 그리하여 성공적인 자기통제 능력을 습득하기 위해서는 부모-자녀 간의 안정적인 애착 관계가 바탕이 되어야 한다(Gottfredson & Hirschi, 1990). 불안정 애착은 낮은 자기통제력의 중요한 요인이며, Silverman과 Ragusa(1990)는 온정적이고 애정적인 양육 행동이 자녀의 충동과 욕구를 통제하여 환경에 적합하여 행동을 조절하는 것에 도움이 된다고 하였다. 우리나라의 애착과 자기통제의 선행연구를 살펴보면 이경남의 연구(2002)에서 어머니의 온정적이고 수용적인 양육 행동이 청소년의 자기통제력에 영향을 미친다고 보고하였고, 홍영수와 오선영(2010)에서는 남녀 청소년 모두 부모와의 애착과 자기통제가 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 최윤경과 이지연(2011)은 양육자의 양육 행동이 온정적이고 애정적이며 아동의 독립심에 격려와 지지를 할수록 아동의 충동과 욕구를 통제할 수 있도록 한다고 하였고, 김수선(2013)도 부모애착과 아동의 자기통제력 간에는 서로 상관이 있다고 보고하였다. 이러한 선행연구를 통해서 본 연구에서도 애착 불안일수록 자신의 욕구를 통

제하기 어려워하고 즉각적인 만족을 위해 충동적으로 SNS를 사용하게 될 수 있으며 SNS 사용을 통제하기 어려울 것이라고 가정하였다.

자아존중감과 자기통제가 서로 이중 매개하여 SNS 중독경향성에 영향을 미치는지를 알아보기 위해서는 두 변인 간의 관계 역시 중요하다. 자아존중감과 자기통제는 개인의 성격 발달과 자아실현의 가장 중요한 요소로써(김말남, 2010) 서로 영향력이 있다고 볼 수 있는데, 자아존중감과 자기통제는 초기 아동기에 부모와의 관계에서 발달하는 것으로 알려져 있다. 자아존중감과 자기통제의 연관성을 살펴보면 Harter(1983)는 스스로에 대한 긍정적인 평가는 자부심(self-pride) 혹은 자기 보상(self-reward)이 되어 행동 통제에 영향을 준다고 하였고, Flynn(1984)도 아동의 높은 자아개념은 충동억제 능력과 연관이 있다고 하였다. 국내의 연구에서도 이수경과 강혜자(2006)는 자아존중감이 낮은 사람은 자기가치감이 저하되어 있어 어려움을 참는 인내력이 부족하다고 하였고, 충동적일수록 자존감이 낮으며, 자존감은 자기통제력의 가장 큰 예언력을 가진다는 연구(변경보, 2006)와 자아존중감과 충동성은 서로 상관이 있으며, 높은 자아존중감은 충동을 통제하여 인터넷 비행을 감소시킨다는 연구(이경남, 하연미, 2004)가 있다. 또한 도금혜와 이지민(2011)은 자아존중감이 높은 청소년은 자신의 행동을 적절히 통제할 수 있는 능력을 나타낸다고 하였으며, 배정아의 연구(2012)에서도 청소년의 자아존중감은 성별의 차이와 관계없이 자기통제에 직접적인 영향을 미친다고 하였다. 이러한 선행연구를 바탕으로 스스로에 대한 평가가 긍정적인 사람은 자

기가치감이 높아지고 자신의 행동을 조절할 수 있는 능력이 발달하여 자신의 목적을 달성하기 위해 즉각적인 욕구를 통제해 장기적인 즐거움을 추구한다고 볼 수 있다. 최근의 연구에서도 자존감이 낮은 사람은 자기통제조절 능력이 낮아 스마트폰 중독에도 영향을 준다는 연구결과(김경숙, 이덕남, 2019)를 통해 본 연구에서도 자아존중감은 자기통제에 영향을 미쳐 SNS 중독경향성에도 영향을 줄 것이라고 가정하였다.

이러한 선행연구결과를 토대로 본 연구에서는 대학생의 애착불안은 자아존중감과 자기통제에 영향을 미쳐 SNS의 중독적 사용에 영향을 미칠 것이라고 가정하고, 애착불안과 SNS 중독경향성 간의 관계에서 자아존중감과 자기통제가 어떠한 방식으로 매개하는지를 살펴보고자 한다.

2. 연구문제

연구목적은 달성하기 위해 설정한 구체적인 연구 문제는 다음과 같으며 연구모형은 그림 1에 제시하였다.

연구문제 1. 대학생의 애착불안, 자아존중감, 자기통제, SNS 중독경향성간의 관계는 어떠한가?

연구문제 2. 애착불안과 SNS 중독경향성 간의 관계에서 자아존중감과 자기통제는 이중매개 효과가 있는가?

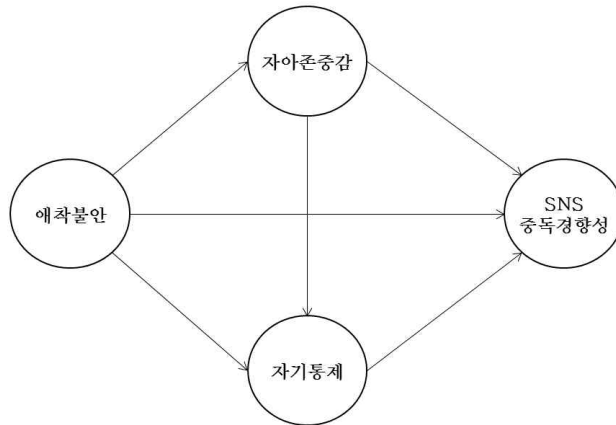


그림 1. 연구모형

II. 연구방법

1. 연구대상

대전·충남에 위치한 4년제 대학교에 재학 중인 남녀 대학생 중 현재 정서적으로 친밀한 사람(예: 연인, 부모, 친한 친구 등)인 애착 대상이 있으며 SNS를 한 가지 이상 사용하고 있는 341명을 대상으로 자기 보고식 설문지를 작성하여 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계에서 자아존중감과 자기통제의 매개효과를 파악해보고자 하였다. 본 연구를 위해 연구 시행 전 한남대학교 기관생명윤리위원회(IRB)에 연구심의신청을 하고 IRB 사전승인을 받은 후 대전·충남에 위치하는 대학생들에게 2019년에 온, 오프라인으로 조사를 진행하였다. 연구 대상자는 모집공고 또는 서면 설문 요청을 통해 자발적 참여로 모집되었다. 연구자는 설문지에 연구에 대한 목적과 참여자의 권리, 척도 내용, 주의사항과 예상 소요 시간을 기재하였고, 연구 참여에 대한 동의를 구하였다.

설문은 인구통계학적 질문 4문항을 제외하고 83문항으로 총 10~15분 정도 소요되었다. 본 연구에 참여한 341명 중 남학생은 132명(38.7%), 여학생은 209명(60.3%)이었고, 평균 나이는 22.39세로 나타났다(19~30세, $SD = 2.1$). 학년분포는 1학년 78명(22.9%), 2학년 81명(23.8%), 3학년 91명(26.7%) 4학년 91명(26.7%)으로 큰 차이는 없었고, 본 연구에 참여한 학생들이 가장 많이 사용하는 SNS 종류는 인스타그램(36.7%), 페이스북(30.6%), 트위터(15.1%), 기타(8.7%), 네이버밴드(7.0%), 카카오톡(1.72%) 순서였다.

2. 측정도구

애착불안

애착불안을 측정하기 위해 Brennan, Clark과 Shaver(1998)의 개정판 성인용 친밀 관계의 애착척도(Experiences of Close Relationship-Revised: ECR-R)를 김성현(2004)이 번안하고 타당화한 척도를 사용하였다. ECR-R은 성인 애착의 양

상을 긴밀한 대인관계에서 느끼는 불안과 회피 수준을 각각 18문항으로 평가하는 총 36문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 기존의 선행연구 중 애착회피가 SNS 사용에 유의미한 영향을 미치지 않았다는 송병준(2017), 김지은(2019), 이선경과 김정규(2019)의 연구결과를 바탕으로, 가상세계에 자신을 더욱 나타내고 싶어하고 온라인상의 대인관계에 몰두하는 SNS 중독경향성에는 타인과 긴밀한 관계를 맺고 싶어하는 애착불안만이 영향을 미칠 것으로 가정하여 불안 수준을 평가하는 18문항만을 사용하였다. 문항은 7점 Likert식 척도(1: 전혀 그렇지 않다~7: 매우 그렇다)로 평정하며, 모든 항목의 점수의 총합으로 채점되어 최저 18점에서 최고 126점까지 나올 수 있다. 점수가 높을수록 불안이 높은, 불안정 애착 형태를 보이고 있음을 나타낸다. 애착불안이 높은 사람들은 타인에게 거부당하거나 버림받는 것에 두려움을 갖고 있으며, 타인으로부터 지나칠 정도로 인정받기를 원하고 그렇지 못하면 부정적 정서를 느낀다. 김성현의 연구(2004)에서 내적 일치도(Cronbach's α)가 .93으로 나타났고, 본 연구에서는 .98로 나타났다.

자아존중감

자아존중감을 측정하기 위해 Rogenberg (1965)가 개발한 자아존중감 검사(Rosenberg Self-Esteem Scale: RSES)를 전병재(1974)가 번안하고 피승정의 연구(2012)에서 사용한 척도를 사용하였다. 이 척도는 긍정적 자아존중감 5문항과 부정적 자아존중감 5문항 등 모두 10문항으로 구성되어 있다. Likert식 4점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 2: 그렇지 않다, 3: 그렇다, 4: 매우 그렇

다)로 응답하며, 부정적 문항에 대해서는 역채점을 한다. 점수 범위는 10에서 40까지이고 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. 내적 일치도(Cronbach's α)는 피승정의 연구(2012)에서 .87이었고, 본 연구에서는 .93으로 나타났다.

자기통제

대학생의 자기통제를 측정하기 위해 Tangney 등(2004)이 개발한 단축형 자기통제 척도(Brief Self-Control Scale: BSCS)를 홍현기, 김희송, 김진하와 김종한(2012)이 한국어로 번안하여 타당화한 한국판 단축형 자기통제 척도를 사용하였다. 본 척도는 Likert식 5점 척도(1: 전혀 그렇지 않다~5: 매우 그렇다)로 구성되어 있고, 역문항으로 설계되어 있어 채점 점수가 높을수록 자기통제가 잘 안 된다고 해석하기 때문에 본 연구에서는 역채점을 통해 점수가 높을수록 자기통제가 잘 되는 것으로 해석하였다. 홍현기 등의 연구(2012)에서 자기통제 척도의 내적 일치도(Cronbach's α)가 .78이었고, 본 연구에서는 .89로 나타났다.

SNS 중독경향성

SNS 중독경향성을 측정하기 위해 정소영과 김종남(2014)이 개발한 대학생용 SNS 중독경향성 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 4요인 24문항으로 구성되었고, 요인 1은 '조절실패 및 일상생활 장애'로 SNS 사용의 절제 또는 통제 시도에 실패하고 SNS 활동과 관계되어 전반적 생활에서의 곤란이 생기는 것을 의미한다. 요인 2는 '몰입 및 내성'으로 SNS 사용에 지나치게 많은 시간을 보내거나 항상 SNS를 생각

하고 있는 것과 이전과 같은 SNS 사용 효과를 느끼기 위해 의도한 시간보다 점차 더 오래 사용하게 되는 것을 의미한다. 요인 3은 ‘부정 정서의 회피’로 SNS를 이용할 때 이전 불쾌감이 개선됨을 느끼거나 부정적 감정을 줄이거나 잊기 위해 SNS를 사용하는 것을 의미한다. 마지막으로 요인 4는 ‘가상세계 지향성 및 금단’으로 SNS가 중단되거나 사용하지 못하게 되었을 때 불쾌한 기분이 발생하거나 현실적인 대인관계보다 SNS를 통해 만나는 사람들에 더 많은 친밀감과 인정을 받고자 하는 욕구의 증가로 자신의 가치를 온라인상에서 찾고자 하는 경향성을 의미한다. Likert식 4점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 2: 그렇지 않다, 3: 그렇다, 4: 매우 그렇다)로 응답하며, 정소영과 김종남의 연구(2014)에서 각 요인별 내적 일치도 (Cronbach's α)는 조절실패 및 일상생활 장애 .84, 몰입 및 내성 .80, 부정 정서의 회피 .81, 가상 세계 지향성 및 금단 .77이었으며, 전체 신뢰도는 .92였다. 본 연구에서는 전체 신뢰도는 .96으로 나타났으며, 하위 요인 중 조절실패 및 일상생활 장애는 .92, 몰입 및 내성은 .89, 부정 정서의 회피는 .85, 가상세계 지향성 및 금단은 .89였다.

3. 자료분석

연구에서 수집된 자료는 SPSS 19.0 프로그램과 AMOS 18.0 프로그램을 사용하였고, 연구대상의 사회인구학적 특성을 살펴보기 위해 빈도와 백분율을 산출하였다. 또한 모든 변인이 정규분포를 이루었는지 왜도와 첨도를 구해 확인하고, 조사도구의 문항 간 내적 합치도를

알아보기 위해 Cronbach's α 값을 산출하였다. 이어서 성별에 따른 변인들 간의 차이를 확인하기 위해 독립표본 t 검정을 실시하고, 각 변인 간의 상관관계를 살펴보기 위하여 Pearson의 적률상관계수를 산출하였다.

또한 애착불안과 SNS 중독경향성 사이에 자아존중감과 자기통제의 영향이 각각 미치는 경로를 탐색하기 위하여 구조방정식 모형 (Structural Equation Modeling; SEM)을 통해 분석하였다. 분석하기에 앞서 애착불안, 자아존중감, 자기통제는 여러 문항이 한 개 내지 두 개의 잠재변수를 구인하고 있어 각각 세 개의 꾸러미(item parcels)를 제작하였다(Russell, Kahn, Spoth, & Altmaier, 1998). 각각의 잠재변수별로 최대우도법을 통해 단일요인을 가정한 탐색적 요인분석을 하고 요인부하량 .4 미만인 문항은 분석에서 제외하였다. 애착불안은 모든 문항이 요인부하량 .4 이상으로 나왔고, 자아존중감은 5번, 8번 문항이 각각 .378, .133으로 나와 제외하였다. 자기통제는 5번, 8번, 11번 문항이 각각 .345, .291, .362로 나와 분석에서 제외하였다. 그리고 요인부하량이 높은 순으로 문항을 나열한 뒤 가장 높은 요인부하량을 보이는 문항과 가장 낮은 요인부하량을 보이는 문항을 섞어 세 개의 꾸러미를 제작하였으며 이는 잠재변인에 대한 꾸러미 효과를 최대화하여 잠재변인에 동일한 부하량을 갖도록 하기 위함이다(Russell et al., 1998).

마지막으로 자아존중감과 자기통제의 매개효과를 확인하기 위하여 Shrout와 Blogger(2002)가 제안한 부트스트래핑(bootstrapping) 방식을 통해 매개효과의 크기와 이에 대한 유의도 검정을 하였다.

III. 결과 및 해석

1. 측정변인들의 기술통계 및 상관분석

본 연구의 기초자료를 위해 분석에 사용된 변인들의 평균과 표준편차를 산출하였다. Kline(2015)은 왜도의 절대값이 3, 첨도의 절대값이 10을 넘을 경우 정규성 가정에 위배된다고 하였는데, 본 연구는 모두 정규성 가정을 만족하는 것으로 확인되었다. 측정변인들이 성별에 따라 통계적으로 유의한 차이를 보이는지 확인하기 위해 독립표본 t 검정을 실시하였으나 성별 간 유의미한 차이는 보이지 않았다. 또 주요 변인들인 SNS 중독경향성, 애착불안, 자아존중감, 자기통제 간의 상관관계를 살펴보고자 각각의 하위 요인들의 상관분석을 실시하였고 표 1에 제시하였다. 구체적으로 살펴보자면 애착불안의 하위 요소는 자아존중감의 하위 요인들과는 유의미한 부적 상관($r = -.45 \sim -.56, p < .01$)을 보였고, 자기통제와도 유의미한 부적 상관($r = -.30 \sim -.43, p < .01$), SNS 중독경향성과는 유의미한 정적 상관을 보였다($r = .40 \sim .58, p < .01$). 이는 애착불안의 수준이 높을수록 자아존중감이 낮아지고, 자기통제가 잘 되지 않으며 SNS를 중독적으로 사용하는 경향이 있음을 나타낸다. 자아존중감의 하위 요소는 자기통제와는 유의미한 정적 상관($r = .31 \sim .55, p < .01$), SNS 중독경향성과는 유의미한 부적 상관($r = -.39 \sim -.55, p < .01$)을 보였다. 이는 스스로를 긍정적으로 평가하는 자아존중감이 높을수록 자기통제가 잘 되고, SNS 사용에 있어서 중독적 태도를 보이는 경향이 낮다는 것을 의미한다. 자기통

제의 하위 요소는 SNS 중독경향성과 부적 상관($r = -.30 \sim -.53, p < .01$)을 나타냈는데, 이는 자기통제가 잘 되지 않을수록 SNS를 중독적으로 사용하는 경향이 있음을 나타낸다.

2. 애착불안, 자아존중감, 자기통제, SNS 중독경향성의 관계

측정모형의 검증

본 연구에서는 애착불안과 SNS 중독경향성과의 관계에서 자아존중감과 자기통제가 이중매개를 하는지 살펴보기 위해 연구모형을 설정하였고, 각 척도의 측정 변인들이 잠재변인들을 잘 반영하고 있는지 적합도를 검증하기 위하여 측정모형을 검증하였다. χ^2 값은 표본의 크기에 영향을 많이 받기 때문에 다른 적합도 지수를 확인하였다. 절대 적합도 지수인 RMR(root mean square residual)은 구조방정식 모델로 설명되지 않는 원래의 데이터에 관련된 지수이고, SRMR(standardized root mean square residual)은 RMR의 표준화 값으로 모델 간 비교에서 활용되는 지표이며 두 지표는 .05 이하일 때 적합하다고 볼 수 있다(노경섭, 2019). RMSEA(root mean square error of approximation)는 연구모델은 표본이 아닌 모집단으로부터 추정할 경우의 적합도를 나타내며, .06 이하는 좋음, .06~.08 이하는 양호, .10 이하는 보통의 적합도로 보고 있다(문수백, 2009). 충분 적합도 지수인 TLI (Turker-Lewis index)는 탐색적 요인분석을 위한 지표이며, CFI(comparative fit index)는 모집단의 모수와 분포를 고려하여 연구모델과 영모델을 비교한 지수이며 두 지표는 .9 이상일 때 적합하다고 볼 수 있다(노경

표 1. 측정변인의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 및 측정변인 간의 상관

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	M	SD	왜도	첨도
1	1																	2.12	.69	.36	-.39
SNS																		2.16	.72	.99	.44
중독																		2.04	.59	.41	.25
경향성																		2.10	.72	.92	.46
																		2.11	.63	.68	.19
																		3.32	1.26	1.20	.93
																		3.23	1.32	1.48	1.59
애착불안																		2.96	1.29	1.61	2.12
																		3.17	1.27	1.51	1.74
																		2.85	.78	.01	-1.04
자아																		3.02	.62	-.21	-.73
존중감																		2.91	.67	-.03	-1.01
																		2.86	.63	.03	-.98
																		2.67	.64	-.02	-.19
자기통제																		2.62	.55	.12	-.35
																		2.62	.55	.09	-.19
																		2.64	.52	-.05	-.29

주. 1 = 조절실패 및 일상생활장애, 2 = 풀업 및 내성, 3 = 부정적서의 회피, 4 = 가상세계지향성, 5 = SNS 중독경향성 전체, 6 = 애착불안1, 7 = 애착불안2, 8 = 애착불안3, 9 = 애착불안 전체, 10 = 자아존중감1, 11 = 자아존중감2, 12 = 자아존중감3, 13 = 자아존중감 전체, 14 = 자기통제1, 15 = 자기통제2, 16 = 자기통제3, 17 = 자기통제 전체

** $p < .01$.

섭, 2019). 적합도 검정을 실시한 결과 표 2와 같이 적합도는 양호한 것으로 검증되었다. 측정모형의 요인부하량과 잠재변인 간의 상

관은 그림 2에, 각 측정변인의 요인부하량의 구체적 계수들은 표 3에 제시하였다. 모든 측정변인의 계수들이 통계적으로 유의하였으며(p

표 2. 측정모형의 적합도 지수

	χ^2	df	CFI	TLI	RMR	SRMR	Low	High	RMSEA (90% CI)
측정모형	212.98	58	.97	.95	.02	.04	.08	.11	.09

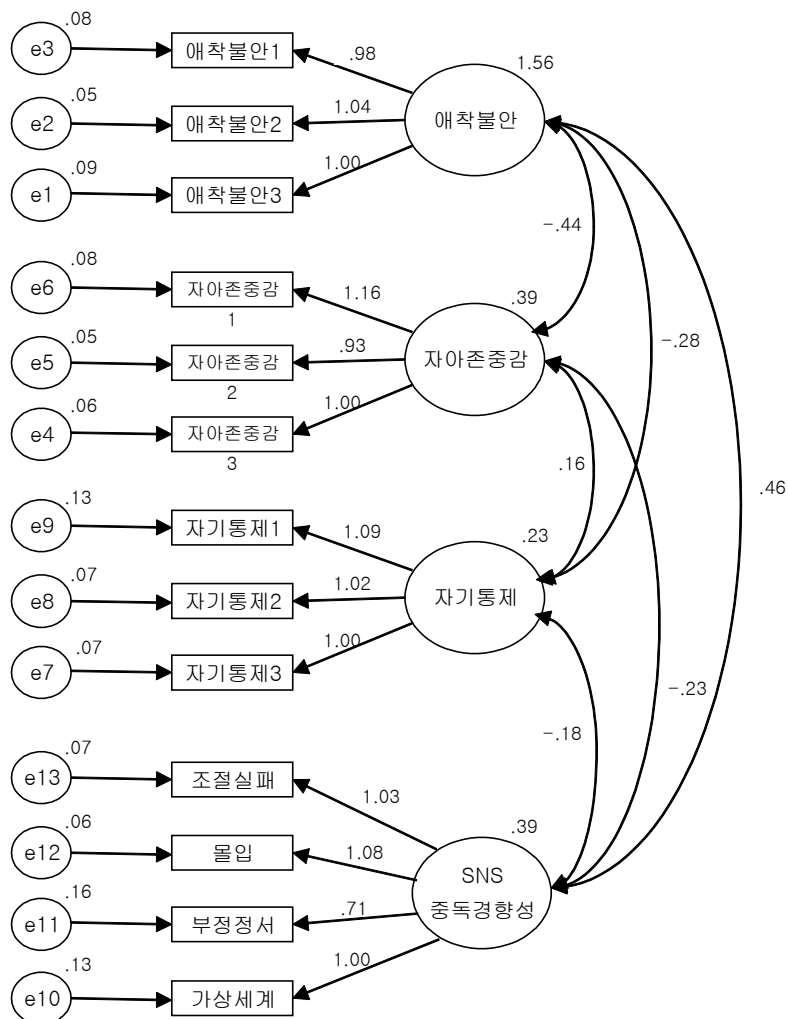


그림 2. 측정모형의 상관계수와 요인부하량

표 3. 측정모형의 요인부하량

경로	<i>B</i>	β	<i>S.E</i>	C.R.	AVE
애착불안 → 애착불안3	1.00***	.97			
애착불안 → 애착불안2	1.04***	.98	.02	60.80	.93
애착불안 → 애착불안1	.98***	.97	.02	55.31	
자아존중감 → 자아존중감3	1.00***	.93			
자아존중감 → 자아존중감2	.93***	.93	.03	30.68	.93
자아존중감 → 자아존중감1	1.16***	.93	.04	30.53	
자기통제 → 자기통제3	1.00***	.87			
자기통제 → 자기통제2	1.02***	.88	.05	20.33	.89
자기통제 → 자기통제1	1.09***	.82	.06	18.52	
SNS 중독경향성 → 가상세계 지향성 및 금단	1.00***	.85			
SNS 중독경향성 → 부정정서의 회피	.70***	.72	.04	18.13	
SNS 중독경향성 → 몰입 및 내성	1.11***	.94	.04	24.42	.88
SNS 중독경향성 → 조절실패 및 일상생활장애	1.05***	.93	.04	23.76	

*** $p < .001$.

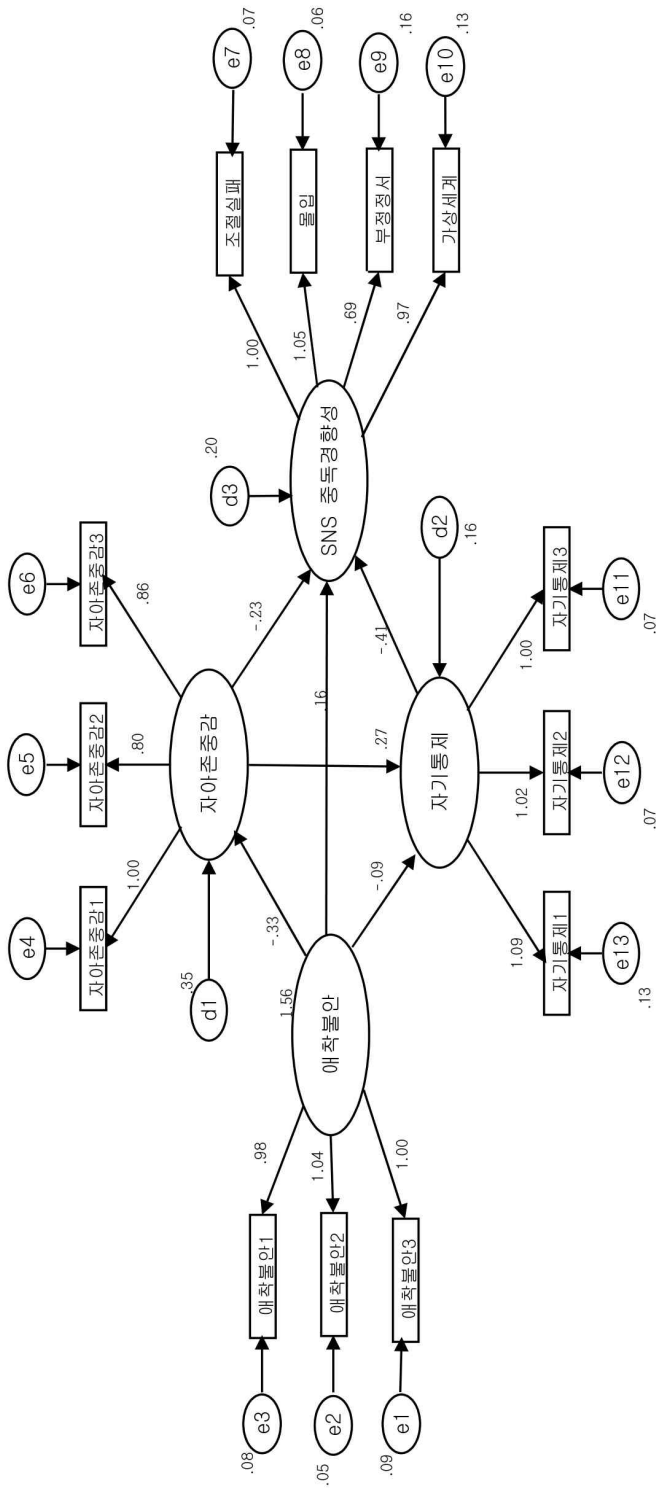
< .001), 표준화 회귀계수(β)값은 모든 값이 .70 이상, AVE 값은 모든 값이 .5 이상 나타나 측정변인이 잠재변인을 설명하는 것에 대한 타당성을 확보하였다.

구조모형의 검정 및 매개효과 검정

연구 모형의 모수 추정치는 그림 3과 같고, 각 경로계수의 유의성은 표 4를 통해 확인할 수 있다. 모든 경로가 통계적으로 유의미하게 나타났으며, 보다 구체적으로 살펴보자면 불안 애착 수준이 높을수록 자아존중감이 낮고($\beta = -.55, p < .001$), 불안애착 수준이 높을수록 자기통제가 잘 안 되며($\beta = -.09, p < .001$), SNS에 중독될 경향성이 높은 것으로 나타났다($\beta = .16, p < .001$). 자아존중감이 높을수록

자기통제가 잘 이루어지며($\beta = .31, p < .001$), SNS에 중독될 경향성이 낮은 것으로 나타났다($\beta = -.21, p < .001$). 마지막으로 자기통제가 잘 되지 않을수록 SNS에 중독될 경향성은 높은 것으로 나타났다($\beta = -.33, p < .001$).

연구모형에서 애착불안이 자아존중감을 거쳐 SNS 중독경향성으로 가는 경로와, 자기통제를 거쳐 SNS 중독경향성으로 가는 경로, 마지막으로 애착불안이 자아존중감과 자기통제를 거쳐 SNS 중독경향성으로 가는 경로의 이중매개효과의 유의성은 표 5를 통해 나타내었다. 매개효과의 검정을 위해 부트스트래핑 방법을 통해 검증한 결과, 간접효과는 유의했다.



주. 제시된 계수는 표준화 추정치임.

그림 3. 구조모형의 경로계수와 요인부하량

표 4. 연구모형의 경로계수

경로	비표준화	표준화	표준오차
애착불안 → 자아존중감	-.57***	-.33	.03
애착불안 → 자기통제	-.24***	-.09	.02
애착불안 → SNS 중독경향성	.30***	.15	.03
자아존중감 → 자기통제	.40***	.27	.04
자아존중감 → SNS 중독경향성	-.25***	-.23	.05
자기통제 → SNS 중독경향성	-.32***	-.42	.07

*** $p < .001$.

표 5. 연구모형의 매개효과 검정결과

경로	간접효과	Lower	Upper	p
애착불안 → 자아존중감 → SNS 중독경향성	.08**	.08	.15	.001
애착불안 → 자기통제 → SNS 중독경향성	.37**	.06	.13	.001
애착불안 → 자아존중감 → 자기통제 → SNS 중독경향성	.29**	.11	.19	.001

** $p < .01$.

IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 대학생의 애착불안이 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 과정에서 자아존중감과 자기통제의 이중매개효과를 살펴보고자 구조모형을 설정하고 모형의 적합도 및 경로의 유의도를 검증하였다. 연구 결과를 바탕으로 선행연구와 비교해보고 본 연구 결과가 지니는 시사점을 논의하면 다음과 같다.

첫째, 대학생의 애착불안이 SNS 중독경향성과 유의미한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 이는 애착불안이 심할수록 SNS 중독경향성이 높다는 것을 의미하는 것으로, 이러한 결과는 기존의 애착불안 수준이 높을수록 SNS 중독경향성을 높일 수 있다는 선행연구 결과

(권예진 등, 2019; 김은영, 조인효, 2016; 박지수, 2016; 송병준, 2017; 신가영, 양수진, 2019; 이지은, 조인효, 김은영, 2019; 하태희, 2016)와 일치하는 결과이다. 이를 통해 애착불안의 특성인 타인의 거절에 민감하고 유기불안이 있는 사람일수록 SNS를 이용할 때 대인관계에서의 유대감과 비슷한 애착을 느끼며 온라인상의 관계에 몰두하는 경향이 있어 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 타인과 긴밀한 관계를 형성하고 싶은 욕구를 불안 애착의 특성상 보다 관계 거절이 적게 나타나는 SNS상에서 몰두하기 쉽다고 해석할 수 있다. 또한 애착불안은 자아존중감과 유의미한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 애착불안이 높을수록 자아존중감

이 낮아지는 것을 의미하는 것으로 여러 선행 연구들(Armsden & Greenberg, 1987; Bartholomew & Horowitz, 1991; Collins & Read, 1990; Feeny & Noller, 1990)과도 일치한다. 국내의 여러 선행연구들(박은경, 1992; 오송희, 1998; 이미경, 2009; 장휘숙, 1997)에서도 같은 결과가 나타났는데 이러한 선행연구를 바탕으로 본 연구의 결과 또한 안정적으로 애착을 형성하여 타인과 친밀한 관계를 맺는 것에 편안함을 느끼고 의존할 수 있는 사람들이 스스로에 대한 긍정적인 관점을 가져 자기 가치감 역시 높게 가지게 된다고 볼 수 있다. 애착불안은 자기통제와도 유의미한 부적 상관을 보였는데 이는 애착불안이 높을수록 자기통제가 잘 되지 않음을 나타낸다. 국내에서 수행된 애착과 자기통제의 관계에 대한 여러 선행연구(김수선, 2013; 이경남, 2002; 홍영수, 오선영, 2010)에서도 애착과 자기통제력 간에 유의미한 상관이 나타났다. 이러한 선행연구결과와 유사하게 본 연구의 결과 또한 애착불안이 높을수록 자신의 욕구를 통제하기 어렵고 즉각적인 만족을 위해 충동적으로 행동하는 경향이 있다는 점을 보여주었다. 또한 대학생의 자아존중감은 SNS 중독경향성과 유의미한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 자아존중감이 높을수록 SNS를 중독적으로 사용할 가능성이 낮다는 의미인데 이러한 연구결과는 권예진 등(2019), 박미향 등(2014), 손희주 등(2018)의 연구와도 일치하는 결과이다. 본 연구의 결과 역시 낮은 자아존중감을 가질수록 스스로에 대한 가치감이 낮아져 가상공간을 이용해 자신이 원하는 이상적인 모습을 표현하는 것에 몰두하게 되어 SNS를 중독적으로 사용하게 될 가능

성이 커짐을 시사한다. 자아존중감은 자기통제와는 유의미한 정적 상관을 보였는데 이는 자아존중감이 높을수록 자기통제가 잘 될 수 있음을 나타낸다. 자아존중감과 자기통제의 연관성을 살펴본 기존의 선행연구들(김경숙, 이덕남, 2019; 도금혜, 이지민, 2011; 배정아, 2012; 변경보, 2006; 이경남, 하연미, 2004; 이수경, 강혜자, 2006; Flynn, 1984; Harter, 1983)과도 일치하는 결과이며 이는 스스로에 대한 평가가 긍정적인 사람은 자기 가치감이 높고 자신의 행동을 조절할 수 있는 능력이 발달되어 자신의 목적을 달성하기 위해 즉각적인 욕구를 통제해 장기적인 즐거움을 추구한다고 볼 수 있다. 자기통제는 SNS 중독경향성에 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 이는 자기통제력이 스마트폰 중독에 영향을 미친다는 여러 선행연구(백승이, 2016, 신성만, 송용수, 오준성, 신정미, 2018)와 자기통제와 SNS 중독경향성은 부적 상관이 있다고 보고한 여러 선행연구(고정아 등, 2020, 손종우, 이영순, 2020, 조화진 등, 2018, 홍은택, 2020)의 연구와도 일치하는 결과로 볼 수 있다. 이를 통해 자기통제력이 낮은 사람들은 문제에 대한 즉각적인 해결을 위해 가상공간을 이용하게 되고 자극에 대한 충동조절이 어려워 점차적으로 가상공간에 빠지게 돼 중독적인 사용이 높아질 수 있음을 알 수 있다.

둘째, 애착불안이 자아존중감을 매개하여 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 여러 선행연구(권예진 등, 2019; 김은영, 조인호, 2016; 김지은, 2019; 이지은 등, 2019)의 연구 결과와도 일치하는데 애착불안을 가진 사람은 타인에게 지나치게 의존하는

특성으로 인해 타인에게 거절당하지 않기 위해 이상적인 모습을 보여주려고 노력하고 그런 모습을 표현할 수 있는 SNS에 지나치게 몰입할 가능성이 있음을 의미한다. 또한 애착불안이 자기통제를 매개하여 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 애착과 SNS 중독경향성 간의 관계에서 자기통제가 갖는 매개효과에 대한 선행연구는 미비한 실정으로, 행위 중독의 범주에 함께 속한다고 판단되는 인터넷 중독과 스마트폰 중독과의 관계에서 애착과 자기통제의 매개효과에 대한 선행연구를 살펴보면, 이윤미(2014)는 부모·또래 애착과 스마트폰 중독 수준의 관계에서 자기통제력이 유의한 매개효과를 가진다고 보고하였다. 김양수(2017) 역시 자기통제력은 애착불안과 스마트폰 중독의 관계를 부분적으로 매개한다고 보고하여 본 연구에서는 애착불안이 자기통제력을 매개하여 SNS 중독경향성에도 영향을 미칠 것으로 예측하였다. 이러한 기존의 인터넷 중독이나 스마트폰 중독의 선행연구를 통해 추측해본 결과와 본 연구의 결과가 일치하며, 안정적이지 않은 애착을 가진 개인은 자신의 행동을 통제하는 기제가 부족하기 때문에 즉각적인 즐거움을 제공하는 SNS를 적절하게 사용하는 것을 어려워한다고 볼 수 있다. 마지막으로 애착불안이 자아존중감과 자기통제를 이중매개하여 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구에서 애착불안이 자아존중감을 매개하여 SNS 중독경향성에 영향을 줄 수 있음을 확인하였고, 애착불안이 자기통제를 매개하여 SNS 중독경향성에 영향을 줄 수 있다는 것을 확인할 수 있었다. 또한 자아존중감과 자기통제가 SNS 중독경향

성에 영향을 준다는 여러 선행연구(권률원, 2019; 홍은택, 2020)를 토대로 본 연구의 결과를 통해 중요한 타인과 안정적인 애착을 형성하는 경우 스스로의 가치를 높게 평가하고 이는 자아존중감을 높여 어려움을 참는 인내력과 관련된 충동억제 능력이 형성되어 자신의 목적을 달성하기 위해 즉각적인 욕구를 조절하고 장기적인 즐거움을 추구하게 된다고 생각해볼 수 있다. 반대로, 애착불안의 경우 자기가치감이 낮아지고 충동을 조절하는 것에 어려움을 느껴, 즉각적인 즐거움을 제공하는 행위중독에 빠지게 될 경향이 높다고 사료된다.

본 연구의 결과는 다음과 같은 의의를 가진다. 첫째, 현재 대학가에도 스마트폰 과다 사용에 대한 우려와 스마트폰 중독 상담에 대한 관심이 나타나고 있으며 스마트폰 과다 사용의 예방을 위해 실태 조사 및 다양한 상담 프로그램의 구성하여 실시하고 있다. 그동안의 선행연구 결과와 더불어 SNS 중독경향성을 높일 것으로 예상되는 위험요인들을 다각적으로 설정하여 요인들의 구조적 관계를 확인한다면, 대학생의 SNS 중독을 조기에 예방하고 SNS의 중독적 사용 문제를 호소하는 내담자에게 도움이 되는 다양한 프로그램을 기획하고 개발할 수 있을 것이다. 먼저 부모와의 애착이 어떻게 형성되었는지 파악하고, 현재 애착유형에도 영향을 미쳤는지 살펴볼 필요가 있다. 애착불안의 경우 자아존중감이 낮아 자신의 가치를 낮게 평가하여 SNS상에서 본인이 원하는 모습으로 표현하게 되고 이러한 충동을 조절하지 못하고 즉각적인 즐거움만을 추구하게 되어 SNS를 과다사용할 가능성이 있기 때문에 개인의 애착패턴을 이해하고 안정적으로 변화

시킬 수 있도록 자아존중감과 자기통제력을 높일 수 있는 집단 프로그램을 개발하여 개인이 SNS를 적절하게 사용하여 삶에 긍정적인 영향을 미칠 수 있도록 도울 수 있다. 이러한 집단 프로그램은 대학교라는 환경적 변화로 더욱 다양하고 폭넓은 사회적 상황에 놓이게 되고 이로 인한 스트레스가 증가하는 1학년 시기에 실시하는 것이 건강한 대인관계 능력을 습득하고 긍정적인 친밀감을 경험할 수 있는 첫걸음에 도움이 될 수 있을 것이다.

둘째, SNS 중독경향성에 다양한 개인 내적·정서적 요인들이 서로 매개하여 영향을 준다는 것을 확인하였다. 최근 인터넷 중독의 한 영역이라고 볼 수 있는 SNS 중독경향성과 관련된 연구들은 점차 늘어나고 있는 추세이다. 기존의 연구들이 나이, 성별과 같은 개인의 내적 특성과 함께 애착, 자아존중감과 같은 정서적, 사회적 요인들을 통합적으로 살펴보고자 노력하고 있다. 그러나 앞서 기술한 것과 같이 행위중독에 있어 자기통제는 중요한 요인으로 볼 수 있는데, 인터넷 중독과 스마트폰 중독에 관한 선행연구에 비해 SNS 중독경향성에 있어 자기통제가 어떤 영향을 미치는지에 관한 연구는 비교적 최근에 이루어지고 있다. 본 연구는 자기통제가 SNS 중독경향성에 미치는 직접적인 영향과 더불어 SNS 중독경향성을 높일 것으로 예상되는 위험요인인 애착불안과 선행연구를 통해 중요한 개인적 특성으로 밝혀진 자아존중감을 함께 고려하여 요인간의 구조적 관계를 확인하였다는 점에 의의가 있다.

본 연구가 가지고 있는 한계점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구의

대상자는 대전과 충남지역의 대학생으로 한정하였기에 연구의 결과를 다른 지역의 대학생들에게 일반화하기에는 무리가 있다. 따라서 추후 연구에서는 지역을 확대하여 연구할 필요가 있다. 또한 본 연구에서는 여학생이 차지하는 비율이 더 높았기 때문에 성별에 대한 SNS 중독경향성에 대한 차이를 명확하게 확인하기 어려웠다. 후속 연구에서는 남녀 성비를 비슷하게 표집해 성별에 따른 연구모형의 차이를 정확히 확인해 볼 필요가 있다. 둘째, 기존의 애착 연구에서는 발달 초기에 형성된 부모와의 애착이 그 이후의 애착 패턴에도 지속적인 영향을 미친다고 하였으나, 최근의 연구(조화진, 서영석, 2010)에서는 대상에 따라 애착유형이 다르게 발달하기 때문에 개인의 내적작동모델은 시간이 지남에 따라 더 복잡해진다고 설명한다. 따라서 후속 연구에서는 애착의 대상에 따라 애착 패턴을 구분하고, 본 연구의 모형이 동일하게 적용되는지를 탐색할 필요가 있다. 특히 추후 발달단계에 따라 변화될 수 있는 애착 대상 및 애착 패턴과 각 변인의 관계 탐색을 통해 SNS 중독 예방을 위한 전문적 상담 및 세분화된 프로그램 개발에 도움이 되는 결과를 도출할 수 있을 것이다.

참고문헌

- 고보숙, 박정환 (2018). 대학생의 부모애착형성과 SNS중독경향성과의 관계에서 자아탄력성의 매개효과: 제주지역 중심으로. 한국산학기술학회논문지, 19(5), 236-243.
<https://doi.org/10.5762/kais.2018.19.5.236>

- 고정아, 김지영, 김혜영 (2020). 청소년의 일상적 스트레스와 SNS 중독경향성 간의 관계에서 자기통제력의 조절효과. *스트레스연구*, 28(3), 153-159.
<https://doi.org/10.1007/s41365-020-00752-3>
- 과학기술정보통신부. (2021a). 2020 인터넷이용실태조사 요약보고서. 세종: 과학기술정보통신부.
- 과학기술정보통신부. (2021b). 2020 스마트폰과의존실태조사 요약보고서. 세종: 과학기술정보통신부.
- 권롤원 (2019). 중학생의 SNS 중독경향성이 자아존중감, 자기통제력 및 부모-자녀 의사소통에 미치는 영향. *경북대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 권석만 (2017). *젊은이를 위한 인간관계의 심리학*(3판). 서울: 학지사.
- 권예진, 김다빈, 서보경 (2019). 자아존중감 및 성인애착이 SNS 중독경향성에 미치는 영향. *한국콘텐츠학회논문지*, 19(1), 47-59.
<https://doi.org/10.5392/JKCA.2019.19.01.047>
- 김경숙, 이덕남 (2019). 대학생의 자기통제 및 충동성이 자아존중감과 스마트폰 중독에 미치는 매개효과. *한국컴퓨터정보학회논문지*, 24(6), 183-188.
<https://doi.org/10.9708/jksoci.2019.24.06.183>
- 김말남 (2010). 청소년이 지각한 가족환경이 자아존중감과 학교생활적응에 미치는 영향에 관한 연구. *광운대학교 정보복지대학원 석사학위논문*.
- 김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확증적 요인분석과 문항 반응이론을 중심으로. *서울대학교 대학원 석사학위논문*.
- 김수선 (2013). 아동의 부모애착과 자기통제력이 학교생활적응에 미치는 영향. *제주대학교 사회교육대학원 석사학위논문*.
- 김양수 (2017). 성인애착이 스마트폰 중독에 미치는 영향: 외로움과 자기통제력의 매개효과. *인천대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 김영숙 (2002). 아동의 자아존중감의 변인에 관한 연구. *부산외국어대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 김유연 (2014). 또래애착과 자기통제력이 중학생의 스마트폰 중독에 미치는 영향. *한국외국어대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 김은영, 조인호 (2016). 대학생들의 성인애착과 스마트폰중독의 관계에서 자아존중감의 매개효과. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 344.
- 김지은 (2019). 중학생의 또래애착과 SNS 중독경향성의 관계에서 자아존중감의 매개효과. *제주대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 김혜령 (2003). 전문대학생의 애착유형 및 자아존중감 수준과 대인관계 성향 연구. *숙명여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 남영옥, 이상준 (2005). 청소년의 인터넷 중독 유형에 따른 위험요인 및 보호 요인과 정신건강 비교연구. *한국사회복지학*, 57(3), 195-222.
- 노경섭 (2019). *제대로 알고 쓰는 논문 통계분석*. 서울: 한빛아카데미.
- 도금혜, 이지민 (2011). 청소년의 인터넷 중독, 자아존중감, 자기통제, 공격성 간의 관계구조. *한국가정관리학회지*, 29(3), 59-69.
- 문수백 (2009). 구조방정식모델링의 이해와 활용.

- 서울: 학지사.
- 박미향, 김정숙, 함경애 (2014). 대학생의 성격 5요인과 자아존중감이 SNS 중독경향성에 미치는 영향. *재활심리연구*, 21(2), 189-206.
- 박은경 (1992). 애착유형이 자존감 및 대인관계에 미치는 영향: 대학생 집단을 중심으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박은희 (2014). 성인애착과 대학생활적응과의 관계에서 자아존중감과 대인관계능력의 매개효과. 경일대학교 대학원 박사학위논문.
- 박지수 (2016). 대학생의 성인애착과 SNS 중독 경향성의 관계: 기본심리적 욕구만족과 소외에 대한 두려움의 매개효과. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 박지수, 서영석 (2018). 대학생의 성인애착과 SNS 중독경향성의 관계: 기본 심리욕구 만족과 소외에 대한 두려움의 역할. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 30(4), 1239-1269.
<https://doi.org/10.23844/kjcp.2018.11.30.4.1239>
- 배정아 (2012). 부모환경요인과 청소년의 자아존중감 및 자기통제가 학교적응에 미치는 영향. 충북대학교 대학원 석사학위논문.
- 백승이 (2016). 성년기의 자존감 및 자기 통제력이 스마트폰 과의존에 미치는 영향. 동아대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 변경보 (2006). 자기통제력, 자아존중감과 주관적 행복과의 상관관계 연구. 건양대학교 대학원 석사학위논문.
- 서민영, 임은미 (2012). 남자 고등학생의 인터넷 활용특성, 자기통제력, 자아존중감, 공격성과 인터넷 게임중독의 관계. *가족과 상담*, 2(2), 31-47.
- 손종우, 이영순 (2020). 청소년의 인지적 몰락과 SNS 중독경향성과의 관계에서 자기통제력의 매개효과. *재활심리연구*, 27(2), 65-79.
<https://doi.org/10.35734/karp.2020.27.2.005>
- 손희주, 임나희, 오수현, 박혜빈, 김경민, 김지현, 정금비, 윤현서, 이정화 (2018). 일부 대학생의 SNS 사용시간에 따른 자아존중감과 대인관계의 관련성. *예술인문사회융합멀티미디어논문지*, 8(5), 811-821.
<https://doi.org/10.21742/AJMAHS.2018.05.47>
- 송병준 (2017). 대학생의 성인애착과 자아탄력성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 송혜진 (2011). 스마트폰 이용을 통한 SNS 중독에 관한 연구. *한국중독범죄학회보*, 1(2), 31-49.
- 신가영, 양수진 (2019). 대학생의 애착불안과 SNS 중독경향성: 정서조절곤란과 대인관계문제의 매개효과. *인간발달연구*, 26(2), 149-171.
<https://doi.org/10.15284/kjhd.2019.26.2.149>
- 신명희, 서은희, 송수지, 김은경, 원영실, 노원경, 김정민, 강소연, 임호용 (2017). *발달심리학 제2판*. 서울: 학지사.
- 신성만, 김재영, 라영안 (2016). 한국판 대학생용 Bergan 페이스북 중독 척도 타당화 연구. *한국심리학회지: 건강*, 21(4), 773-790.
<https://doi.org/10.17315/kjhp.2016.21.4.006>
- 신성만, 송용수, 오준성, 신정미 (2018). 대학생의 스트레스, 자기 통제력 및 페이스북 중독 간의 관계. *재활심리연구*, 25(2), 371-388.

- 안중근 (2021). 대학생의 SNS 중독경향성 영향 요인 구조모형: 역기능적 분노표현과 관계적 공격성의 매개효과를 중심으로. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 오송희 (1998). 청소년기 애착과 자아존중감 및 우울과의 관계. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 우공선 (2011). 모바일 소셜 네트워크 서비스의 이용 충족과 중독 연구: 트위터를 중심으로. 동국대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤명숙, 박완경 (2014). 대학생의 심리사회적 특성과 SNS 중독성향 연구. 정신보건과 사회사업, 42(3), 208-236.
- 이경남 (2002). 청소년의 애착, 자아존중감 및 충동통제가 비행에 미치는 영향. Family and Environment Research, 40(8), 191-206.
- 이경남, 하연미 (2004). 청소년의 인터넷관련비행과 관련변인간의 경로분석모델. Family and Environment Research, 42(5), 127-143.
- 이미경 (2009). 대학생의 자아존중감에 영향을 미치는 요인에 대한 연구. 상지대학교 대학원 석사학위논문.
- 이선경, 김정규 (2019). 불안정성인애착과 SNS 중독경향성의 관계: 거부민감성의 매개효과. 정서·행동장애연구, 35(3), 317-334.
<https://doi.org/10.33770/JEBD.35.3.15>
- 이수경, 강혜자 (2006). 연인관계의 질투 상황에서 경험하는 정서, 대처반응 및 성차 - 충동성, 자존감 및 성역할 태도를 중심으로-. 한국심리학회지: 건강, 11(4), 743-765.
- 이영미 (2016). 대학생의 SNS 중독경향성 관련 영향요인. 한국산학기술학회논문지, 17(12), 561-568.
<https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.12.561>
- 이윤미 (2014). 애착과 자기통제력이 중학생의 스마트폰 중독에 미치는 영향: 자기통제력의 매개효과. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이인숙, 조주연 (2012). 대학생들의 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인. Journal of The Korean Data Analysis Society, 14(5), 2623-2633.
- 이지은, 조인효, 김은영 (2019). 대학생들의 성인 불안정애착과 스마트폰중독과의 관계에서 자아존중감의 매개효과. 디지털융복합연구, 17(1), 229-237.
<https://doi.org/10.14400/JDC.2019.17.1.229>
- 이진령, 유정선, 허 군 (2014). 성별, 자아존중감 및 자기통제력이 대학생의 스마트폰 중독 경향에 미치는 영향. Journal of The Korean Data Analysis Society, 16(3), 1557-1566.
- 장휘숙 (1997). 청년기의 애착과 자아존중감 및 자기효능감의 관계. 인간발달연구, 41(2), 105-119.
- 전병재 (1974). 자아개념 측정 가능성에 관한 연구. 연세논총, 11, 109-129.
- 전혜성, 홍구표 (2017). 대학생의 SNS 이용특성과 대인관계문제 간의 관계. 한국컴퓨터개임학회논문지, 30, 41-47.
<https://doi.org/10.22819/kscg.2017.30.1.005>
- 정보통신정책연구원. (2015). 2014년 한국미디어패널조사. 진천, 충북: 정보통신정책연구원.

- 정소영, 김종남 (2014). 대학생용 SNS 중독경향성 척도개발 및 타당화 연구. *한국심리학회지: 건강*, 19(1), 147-166.
<https://doi.org/10.17315/kjhp.2014.19.1.008>
- 조화진, 서영석 (2010). 부모애착, 분리-개별화, 성인애착, 대학생활적응, 심리적 디스트레스의 관계 - 대학신입생을 대상으로. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(2), 385-411.
- 조화진, 조희연, 김성희, 최은경 (2018). 사회적 유대감과 SNS 중독 경향성의 관계: 주관적 안녕감과 자기통제의 매개효과. *인간발달연구*, 25(4), 257-277.
<https://doi.org/10.15284/kjhd.2018.25.4.257>
- 진미령, 신성만 (2016). 애착외상, 자아존중감, 우울, 자기통제력이 청소년의 스마트폰 중독에 미치는 영향. *한국심리학회지: 중독*, 1(1), 31-53.
- 최세경, 박규태, 이봉규 (2012). 커뮤니케이션 성향과 모바일 SNS 애착이 SNS 상호작용과 이용 후 대인관계 변화에 미치는 영향 연구. *사이버커뮤니케이션학보*, 29(1), 159-200.
- 최윤경, 이지연 (2011). 부모의 양육행동과 아동의 우울 관계에서 긍정적 스트레스 대처행동과 자기통제의 매개효과 연구. *아동교육*, 20(2), 235-251.
- 최은정 (2016). 대학생의 성인애착과 이성관계만족의 관계에서 자아존중감의 매개효과. 평택대학교 대학원 석사학위논문.
- 피승정 (2012). SNS사용행동에 따른 SNS중독 가능성, 자아존중감, 대인관계의 차이. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 하태희 (2016). 대학생의 자기효능감 및 애착이 SNS 중독경향성에 미치는 영향. *한국데이터정보과학회지*, 27(3), 763-772.
<https://doi.org/10.7465/jkdi.2016.27.3.763>
- 홍신영 (2015). 대학생의 SNS 이용특성과 자아정체감이 SNS 중독경향성에 미치는 영향. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍영수, 오선영 (2010). 애착과 감독이 청소년의 자기통제에 미치는 영향. *사회과학연구*, 16(2), 319-336.
- 홍은택 (2020). 중학생의 스트레스가 SNS 중독 경향성에 미치는 영향: 자기통제와 자아존중감의 매개효과를 중심으로. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍현기, 김희송, 김진하, 김종한 (2012). 한국판 단축형 자기통제 척도(BSCS)의 타당화 및 신뢰도 연구. *한국심리학회지: 일반*, 31(4), 1193-1210.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-453.
<https://doi.org/10.1007/BF02202939>
- Bartholomew, K., & Hrowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Berman, W. H., & Sperling, M. B. (1994). *Attachment in adult*. New York: Guilford Press.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult

- attachment: An integrated interview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Attachment* (Vol. 1). New York: Basic Books.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. NY: W. W. Norton and Company.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281-291.
https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.281
- Flynn, T. M. (1984). Affective characteristics that predict preschool achievement in disadvantage children. *Early Child Development & Care*, 1(3-4), 251-263.
https://doi.org/10.1080/0300443840160308
- Gottfredson, M., & Hirschi, T. (1990). *A general theory of crime standard*. CA: Stanford University Press.
- Harter, S. (1983). *The self-perception profile for children: Revision of the perceived competence scale for children manual*. Colorado: University of Denver.
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford Press.
- MacLean, P. (1990). *The triune brain in evolution: Role in paleo-cerebral functions*. New York: Plenum.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescent self image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Russell, D. W., Kahn, J. H., Spoth, R. S., & Altmaier, E. M. (1998). Analyzing data from experimental studies: A latent variable structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, 45(1), 18-29.
https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.1.18
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
https://doi.org/10.1037/1082-989X.7.4.422
- Silverman, I. W., & Ragusa, D. M. (1990). Child and maternal correlates of impulse control in 24-month-old children. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 116(4), 435-473.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324.
https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x

1 차원고접수 : 2021. 10. 10.
수정원고접수 : 2021. 11. 15.
최종게재결정 : 2021. 12. 27.

A Study on Relationship between Attachment Anxiety and SNS Addiction Proneness of University Students: The Dual Mediation Effects of Self-Esteem and Self-Control

Kim, Sujin

Dept. of Counseling,

Hannam University

Choi, Jiyoung

Dept. of Education,

This study aims to identify the mediating effect of self-esteem and self-control in the relationship between attachment anxiety and SNS addiction proneness in university students. To achieve this purpose, the research questions are as follows. What is the relationship between attachment anxiety, self-esteem, self-control, and SNS addiction proneness in university students? Do self-esteem and self-control have a dual mediation effect in the relationship between attachment anxiety and SNS addiction proneness? To analyze this, a survey was conducted in 341 university students in Daejeon Metropolitan City and the South Chungcheong Province region, and the collected data were analyzed by SPSS 19.0 and AMOS 18.0. The main findings of this study are as follows. First, attachment anxiety had correlated positively with SNS addiction proneness. Self-esteem and self-control had correlated negatively with SNS addiction proneness. Also, a sequential dual mediating model showed that the effect of attachment anxiety had noted direct and indirect effects on SNS addiction proneness through self-esteem and self-control. This study is significant in that it suggests that there is a need to make develop a comprehensive understanding of and approach to counseling and training about SNS addiction problems for university students.

Keywords: university students, SNS addiction proneness, attachment anxiety, self-esteem, self-control