

대학생의 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간의 관계: 인지왜곡과 사회불안의 매개효과를 중심으로*

정 민†

광주대학교

본 연구는 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 변인들을 밝혀 대학생의 SNS 중독경향성의 예방과 치료를 위한 학문적 정보를 제공하고자 하는데 연구목적이 있었다. 이러한 연구목적을 달성하여 위해 SNS 중독경향성, 내현적 자기애, 인지왜곡, 사회불안 간의 구조적 관계를 살펴 보았다. 연구 참여자는 대학생 257명을 대상으로 SNS 중독경향성, 내현적 자기애, 인지왜곡, 사회적 상호작용 불안 검사를 실시하였다. 본 연구를 통해 나타난 주요한 결과는 다음에 제시 하였다. 첫째, 내현적 자기애와 SNS 중독경향성의 관계에서 인지왜곡의 매개효과가 나타났다. 둘째, 내현적 자기애와 SNS 중독경향성의 관계에서 사회불안의 매개효과가 나타났다. 셋째, 인지왜곡과 SNS 중독경향성 간의 관계에서 사회불안의 매개효과가 나타났다. 이러한 결과는 연구모형이 대안모형보다 더 적합함을 보여주었다. 대학생의 SNS 중독경향성을 감소시키기 위해 성격, 인지, 정서적 측면을 고려하여 상담과 치료적 접근을 계획할 필요가 있음을 논의하였다. 추후 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 사회적인 변인들을 제안하였다.

주요어: 대학생, SNS 중독경향성, 내현적 자기애, 인지왜곡, 사회불안

* 이 연구는 2019년도 광주대학교 대학연구비의 지원을 받아 수행되었음.

† 단독저자 : 정 민, 광주대학교 청소년상담평생교육학과 부교수, 광주광역시 남구 효덕로 277,

E-mail : saiyoonyj@gwangju.ac.kr

■ 최초투고일 : 2019년 6월 1일 ■ 심사마감일 : 2019년 10월 15일 ■ 게재확정일 : 2019년 10월 20일

1. 서론

SNS(Social Network Service)는 정보화 사회 주요한 소통도구 중 하나이다. SNS는 이용자가 개인 프로필을 만들어 다양한 사람들과 상호작용할 수 있는 가상의 커뮤니티이다(Kiss & Griffiths, 2011). 이러한 점은 새로운 문화를 형성하고 체험하려는 대학생들에게 더욱 매력적으로 다가가고 있다. 이는 한국인터넷진흥원(2018)의 SNS이용 실태조사 결과에서도 잘 보여주고 있다. SNS 이용률은 20대(92.8%)가 가장 높으며 SNS의 주요한 이용 이유로는 친교와 교제를 위해서라는 응답이 76.5%로 나타났다.

SNS 사용이 증가한 것은 스마트폰과 태블릿 PC가 등장하면서 인터넷 상에서 인간관계를 형성하거나 강화하며 정보를 공유하는 SNS 사용이 편리해졌기 때문이다. 그러나 이러한 편리성 이면에 SNS의 부정적인 영향 또한 증가하고 있다. 대학생의 SNS 이용 현황을 조사한 연구를 보면, 100명 내외의 SNS 인맥을 가진 대학생의 수가 81.6%로 압도적으로 높게 나타났지만 SNS 친구 중 SNS로만 유지되는 인맥이 절반 이상이라는 응답이 72.4%로 조사되었다(홍구표 · 진혜성, 2017). 전 세계적으로 3억 5,000만 명이 SNS 상에서만 관계를 유지하는 등 오프라인 대화의 단절을 보이며 지속적으로 SNS를 확인하고 반응을 살피는 등 과다사용으로 인한 SNS 중독경향을 나타내고 있다(Sickfacebook, 2010).

SNS 중독경향성이란 SNS 활동에 과도하게 몰입함으로써 금단 및 내성이 나타나며, 일상생활에 지장을 주는 것이라고 정의할 수 있다(정소영 · 김종남, 2014). SNS 중독경향은 우리 사회에 많은 문제를 가져오고 있다. SNS 이용자들은 상대적 박탈감, 원치 않는 교류에 대한 가식적 표현,

거부감, 중독성 등의 문제를 겪고 있다(황성욱 · 박재진, 2011). 또한 SNS 중독은 대인관계의 친밀감을 저하시켜 대인관계에서의 만족감을 낮추는 등 사회성에 부정적인 영향을 미치며(서거, 2013), 소외감을 야기하고(송혜진, 2011), 우울과 외로움을 유발한다(Donnelly & Kuss, 2016) 이러한 문제들이 드러나면서 SNS 중독경향성에 관한 연구들이 이루어지고 있다(서거, 2013; 송혜진, 2011; 황성욱 · 박재진, 2011; Donnelly & Kuss, 2016 etc.). 특히 SNS 중독경향성을 예방하기 위해 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 변인들을 밝히는데 많은 관심을 기울이고 있다. 이는 SNS 중독이라는 역기능을 차단하기 위해 4차 산업시대를 살아가는 대학생들의 SNS 사용을 막는 것이 불가능하기 때문이다. 오히려 SNS를 건전하게 사용하도록 안내한다면 대인관계 유지와 정보 활용을 위해 유용하게 사용될 수 있을 것이다.

이에 본 연구에서는 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 변인들을 살펴보고 변인들 간의 매커니즘을 살펴보았다. SNS 중독경향성에 영향을 미치는 심리사회적 위험 변인으로 내현적 자기애가 있다. SNS를 사용하는 사람들은 자신을 드러내고 인정받고 싶어 하는 경향이 높다. 이러한 경향은 자기애의 측면에서 살펴볼 수 있다. 자기애는 외현적 자기애와 내현적 자기애로 나뉜다. 외현적 자기애는 지배욕이 강하며 자기의존적이고 타인을 의심하는 경향이 있으며 내현적 자기애는 웅대하고 과장된 자기지각과 과도한 찬사 및 과시적 태도를 요구하는 특징을 보인다(김선미 · 서경현, 2015). 내현적 자기애가 높은 사람들은 거절당하거나 상처받는 것에 매우 민감하게 반응하므로 겁이 많고 소심해 보이지만 내적으로는 자아도취적인 특성을 가지고 있다(류경희 · 홍혜영, 2014). 이러한 내면적 자기애는 외현적 자기애보다 더 병리적이고 역기능적일 가능성이 높다(Rose, 2002). 조성현 · 서

경현(2013)과, 김선미·서경현(2015)은 내현적 자기애가 높은 사람이 SNS과다사용 또는 중독에 빠지게 될 가능성이 높음을 보고했다.

이와 같이 선행연구들에서도 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간에 유의미한 관계가 있음을 보고하고 있다. 또한 중독증후군모델에 의하면, 내현적 자기애가 SNS 중독경향성으로 나아가기 전 근접선행요인으로 부정적 정서가 나타난다. 내현적 자기애를 가진 사람들은 타인의 반응에 매우 민감하게 반응하는 경향이 있는데 그들은 타인의 반응을 그대로 받아들이기 보다는 왜곡할 가능성이 있음을 생각해 볼 수 있다. 김정균·장석진(2014)은 내현적 자기애와 관계적 공격성 간의 관계에서 인지왜곡인 비합리적 신념의 매개효과를 검증했다. 인지왜곡은 자신, 타인, 사회에 대해 비현실적이고 절대적인 기대나 요구에서 비롯된다. 이러한 인지왜곡이 많은 사람은 현실에서 좌절의 빈도가 높아지고 심리적 불편감이 커지게 된다(Ellis & Maclaren, 2005). 내현적 자기애를 가진 사람들은 과묵화 등 부적응적인 인지적 정서조절을 주로 사용한다(김진희, 2011). 따라서 본 연구에서는 내현적 자기애와 SNS 중독경향성의 관계에서 인지왜곡의 매개효과를 살펴보고 있다.

또한 내현적 자기애와 SNS 중독경향성의 관계에서 사회불안의 매개효과 살펴보고 있다. SNS는 사용의 주요한 목적이 관계형성과 유지에 있다. 이영은·박현주·허창구(2016)는 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간의 관계에서 대인관계문제가 매개한다는 연구결과를 발표했다. 내현적 자기애가 높은 사람들은 타인의 평가나 반응에 민감하고 실수에 대한 두려움과 불안이 높아 사회적 상황을 피하는 경향이 높다(Dickinson & Pincus, 2003). 이러한 특징을 갖는 대학생들에게는 사회적 상황을 피하면서 자기애를 충족시켜줄 수 있는 SNS

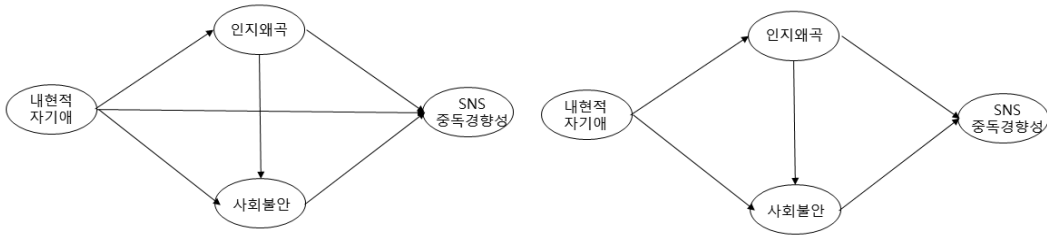
가 매력적인 수단이 될 수 있을 것이다.

인지왜곡과 사회불안간의 관계를 살펴보면, 인지왜곡은 사회불안을 야기하고 유지시킨다(Beck, Emery, & Greenberg, 1985). 사회적 상황에서 역기능적 사고로 인해 인지왜곡이 일어나 사회적 수행에 부정적 평가를 내려(Beidel et al., 2000) 사회불안의 생리적, 정서적 반응 및 회피 행동을 초래한다(김정민, 2008). 사회불안을 감소시키기 위해 인지왜곡을 수정하여 재구성하고 사회 기술을 향상시키는데 중점을 둔 인지행동집단상담이 효과적이라는 연구결과 또한 이를 뒷받침하고 있다(Albano et al., 1995; Gallagher et al., 2004).

선행연구를 바탕으로 내현적 자기애는 인지왜곡 경향이 높아 사회불안을 야기하며 높아진 사회불안은 SNS 중독경향성을 높일 것이라는 연구 가설을 세울 수 있다. 본 연구는 요즘 문제가 되고 있는 SNS 중독경향성에 영향을 주는 변인들을 밝혀 대학생의 건강한 SNS 사용을 돕고 SNS 중독 예방을 위한 학문적 정보를 제공하는데 목적이 있다. 이에 대한 연구 가설을 정리하면 다음과 같다.

- 연구가설 1. 내현적 자기애와 SNS 중독경향성의 관계에서 인지왜곡이 매개역할을 할 것이다.
- 연구가설 2. 내현적 자기애와 SNS 중독경향성의 관계에서 사회불안이 매개역할을 할 것이다.
- 연구가설 3. 인지왜곡과 SNS 중독경향성 간에 사회불안이 매개역할을 할 것이다.

본 연구의 연구모형과 대안모형은 <그림 1>에 제시하였다. 연구모형은 인지왜곡과 사회불안의 부분매개모형이고 대안모형은 인지왜곡과 사회불안의 완전 매개모형이다.



<그림 1> 연구모형과 대안모형

2. 이론적 배경

1) 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간의 관계

사람들은 SNS를 통해 자신의 관심사를 표현하고 정보를 공유하면서 빠르고 쉽게 소통한다. SNS를 통해 공간과 시간에 상관없이, 대인관계 기술이 없어도 쌍방향으로 관계를 형성하며 의사소통을 할 수 있다. 이러한 SNS의 기능은 대학생들에게 인정과 소속의 욕구를 충족시켜준다. 하지만 SNS 피로증후군을 호소하는 사람들 또한 늘고 있다. 이들은 과다사용, 원치 않는 인맥형성, 사생활 노출 및 정보과다 등의 피로움을 호소하고 있다. 이는 SNS 중독으로 이어져 온라인상의 대인관계에 과도하게 몰입하여 금단 및 내성이 나타나 일상생활에 지장을 주고 있다(정소영 · 김종남, 2014).

SNS 중독과 관련한 심리적 변인으로 내현적 자기애가 있다. 내현적 자기애는 과시적 태도, 과장되고 웅대한 자기지각과 과도한 찬사를 요구하는 성향을 가진다(강선희 · 정남운, 2002). 이러한 특성을 가진 사람은 타인에게 지나치게 신경을 쓰지만 타인으로부터 관심이 집중되는 것을 불편해 한다. 그러나 심리 기저에는 타인의 관심과 칭찬을 끊임없이 갈구하는 경향이 있다. 이러한 특

성 때문에 내현적 자기애가 강한 사람들이 중독에 취약하며(조성현 · 서경현, 2013). SNS 상에서 활동하는 것을 더 좋아하는 경향이 있다(이지은, 2015).

사람들은 SNS상에서 타인에게 감동 및 긍정정서를 유발할 수 있는 다양한 콘텐츠들을 이용해 자신의 이미지를 관리한다(김선미 · 서경현, 2015). 실제 자신을 드러내지 않고 가상의 커뮤니티에서 칭찬과 관심을 받을 수 있다는 점이 내현적 자기애가 강한 사람들에게 더욱 매력적일 것이다(Buffardi & Campbell, 2008). 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간에 관계는 최근 연구들을 통해 유의미한 관계가 있음이 밝혀지고 있다(류경희 · 홍혜영, 2014; 조성현 · 서경현, 2013).

2) 내현적 자기애 및 인지왜곡과 SNS 중독 경향성 간의 관계

Greenfield(1999)는 개인 성격과 인터넷이라는 매체가 갖는 독특한 특성의 상호작용으로 인해 인터넷 중독이 나타난다고 주장했다. 내현적 자기애 성향이 현대의 해결과제인 인터넷 중독을 일으키는 성격이라는 연구들이 이루어지고 있다(안도연, 2008; 이계정, 2006).

내현적 자기애를 가진 사람은 타인의 반응이나 비판에 민감해 부정적인 평가를 예상하고 그러한

상황을 회피하는 등 외적으로는 소극적이고 수줍어하는 경향이 있다(손정선, 2010). 그러나 이러한 행동 이면에는 ‘나는 상처받거나 거절당해서도 안 되며, 못하는 것이 있어서는 안 되는 사람이다’라는 생각이 마음에 깊게 자리 잡고 있다(Cristian, 2002). Glickauf-Hughes & Mehlman(1994)은 자기애성 성격장애자들이 가지고 있는 신념은 대부분 비현실적으로 왜곡되어 개인화, 이분법적 사고, 파국적 해석 등의 인지적 오류를 자주 범하게 된다고 하였다.

Davis(2001)는 병리적 인터넷 사용을 설명하는 인지-행동 모형을 통해 인터넷 중독 증상에 공헌하는 변인으로 부정적 인지, 인지적 왜곡 등이 있음을 설명했다.

내현적 자기애자들은 세상을 왜곡되게 지각함으로써 자신의 성격을 유지하며(권석만·안은정, 2000). 매체의 지속적인 사용, 즉 중독으로 연결된다(Eighthmey & McCord, 1998).

이와 같이 선행연구를 통해서 내현적 자기애는 인지적 왜곡을 통해 인터넷 중독에 영향을 주고 있음을 알 수 있다. SNS 중독경향성은 스마트폰 중독과 밀접한 관계를 보이며 스마트폰 중독은 인터넷 중독과 높은 유의미한 상관을 보고하고 있다(김동일 외, 2012). 이에 아직 많은 관련 변인들이 밝혀지지 않았지만 인터넷 중독과 유사한 특성을 가진 SNS 중독경향성 내현적 자기애가 인지적 왜곡을 통해 SNS 중독경향성에 영향을 미칠 것임을 예측해 볼 수 있다.

3) 내현적 자기애 및 사회불안과 SNS 중독경향성 간의 관계

윤성민·신희천(2007)은 내현적 자기애와 사회불안간의 유의미한 관계를 보고했다. 내현적 자기애는 사회적 자기효능감과 부적 상관을 나타냈

다(이상미·이숙, 2009). 손정선(2010)에 의하면 내현적 자기애가 강한 사람들은 대인 불안이 높고, 사회적 자기효능감이 낮아 대인관계에 예민하여 관계에 대한 두려움이나 불편감이 높다는 것이다.

이계정(2006)은 인터넷 보상경험을 매개로 내현적 자기애가 인터넷 과다 사용에 영향을 미친다고 보고했다. 안도연(2008)은 자기애 성향이 높은 집단이 인터넷 중독 행동을 보일 가능성이 높다고 보고했다. 내현적 자기애의 성격을 갖은 사람은 인터넷에서의 익명의 상호작용에 강하게 끌리게 되고 현실에서보다 인터넷상 자기보다 쉽게 대화를 나눌 수 있게 된다(권재환, 2005).

내현적 자기애를 가진 사람들은 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 공격성이 높고(박세란·신민섭·이훈진, 2005), 대인관계에 예민하여 불안감과 두려움이 높다(손정선, 2010).

사회불안은 대인관계를 회피하게 만드는 경향이 높다. 그러나 줄어든 사회적 자극과 대인관계의 통제는 사회불안을 가진 개인을 인터넷에 더욱 몰입하도록 해(Erwein, Turk, Heimberg, Fresco, & Hantula, 2004) 사회불안이 높을수록 인터넷 중독 경향을 높게 한다(한기홍, 2008). 지나치게 수줍어하고 자의식이 강한 사람들은 인터넷과 같이 비교적 안전하게 상호작용할 수 있는 환경을 선호한다(Young, 1998).

내현적 자기애를 가진 사람들은 사회적 상황에서의 실패로 인한 불안 상황을 피하면서 시간과 장소의 제약 없이 타인으로부터 피드백을 실시간으로 받을 수 있는 것을 찾게 된다(우공선·강재원, 2011). 다시 말하면, 내현적 자기애가 높을수록 사회불안이 높고 SNS 중독경향성이 높음을 예측해 볼 수 있다.

4) 내현적 자기애, 인지왜곡 및 사회불안과 SNS 중독경향성 간의 관계

내현적 자기애가 높을수록 우울, 불안, 소외감과 같은 부정적인 정서와 주관적 불편감을 자주 경험한다(강문선·이영순, 2011; Hendin & Check, 1997; Ryan & Xenos, 2011). 이러한 부정적인 정서는 인지왜곡과 관련된다. 권석만·한수정(2000)은 자기애성 성격장애자들의 신념이 비현실적으로 왜곡되어 있어 개인화, 파국적 해석, 이분법적 사고 등 인지왜곡을 자주 일으킨다고 하였다.

인지왜곡은 위협적인 사회적 자극에 대한 선택적 주의, 자신의 사회적 행동 및 수행능력의 적합성에 대한 역기능적 사고, 자신의 사회적 수행에 대한 과소평가, 자신에게 초점이 맞추어진 높은 주의 수준 등을 포함한다(Clark, 1999). 이러한 주의 과정은 만족스러운 사회적 수행을 방해하고 타인의 부정적인 평가에 대한 두려움을 가중시켜 사회불안을 야기한다(김정민, 2008). 사회불안은 보다 안전하게 지각되는 오프라인 관계로 회피하게 만든다(Young, 1998).

내현적 자기애를 가진 사람들은 자신에게 위협을 주는 부정적인 장면을 회피하여 보호하려는 특징을 지니기 때문에 중독에 더욱 취약하다(Kohut, 1977). 중독은 고통을 완화해주는 보상적 경험에서 출발하기 때문이다(김교현, 2007).

내현적 자기애가 높을수록 ‘나는 상처를 받아서 안되고 거절당해서는 안된다’는 인지왜곡을 많이 하게 되며 이러한 인지왜곡은 사회불안을 높여 이를 피하고 자신을 보호할 수 있는 SNS 중독경향성을 높인다는 구조모형을 예측해 볼 수 있다. 본 연구에서는 이러한 구조모형을 검증하여 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 심리적 기제를 밝히고 매커니즘을 명확히 제시하여 상담 및 치료적 개입을 위한 방안을 제시하고자 하였다.

3. 방법

1) 참여자

광주·전남지역 소재 대학생 257명의 자료를 분석하였다. 참여자 중 남자는 118명(45.9%), 여자는 139명(54.1%)이었으며 남학생의 평균연령은 20.45세($SD = 1.37$), 여학생의 평균연령은 19.26세($SD = 1.23$)였다. 참여자들의 SNS 평균사용시간은 4.72시간($SD = 1.04$)로 나타났다.

2) 측정도구

(1) SNS 중독경향성

정소영·김종남(2014)이 대학생들을 대상으로 개발한 SNS 중독경향성 척도를 사용하였다. 척도는 일상생활장애 및 조절실패, 부정 정서의 회피, 몰입 및 내성, 가상세계지향성 및 금단의 4개 요인으로 구성되어 있다. 척도는 4점 척도 24문항으로 구성되어 있다. 연구에서 Cronhach's α 는 전체 .94, 일상생활장애 및 조절실패 .87, 부정 정서의 회피 .85, 몰입 및 내성 .86, 가상세계지향성 및 금단 .87로 나타났다. 평균분산추출(AVE)는 .89로 나타났다.

(2) 내현적 자기애(Covert Narcissism Scale: CNS)

Akhtar & Thomson(1982)이 작성한 자기애적 성격장애 특성을 중심으로 강선희·정남운(2002)이 표준화한 내현적 자기애 척도를 사용하였다. 척도는 목표 불안정, 착취 및 자기중심성, 인정욕구 및 거대자기 환상, 과민 및 취약성, 소심 및 자신감 부족의 5개 요인으로 구성되어 있다. 척도는 5점 척도 45문항으로 구성되어 있다. 연구

에서 Cronhach's α 는 전체 .84, 목표 불안정 .81, 착취 및 자기중심성 .78, 인정욕구 및 거대자기 환상 .84, 과민 및 취약성 .82, 소심 및 자신감 부족 .68로 나타났다. 평균분산추출(AVE)은 .87로 나타났다.

(3) 인지왜곡(Maladaptive Thought Scale)

이정운(2007)의 부적응적 사고 척도를 사용하였다. 자기 비하, 임의결론내리기, 자기중심화, 문제 행동 과소평가, 완벽과 인정추구, 타인비난, 자신비난, 부정경험 과대평가, 낮은 인내력의 9개 요인으로 구성되어 있다. 척도는 5점 척도 44문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서 Cronhach's α 는 전체 .91, 자기비하 .81, 임의결론내리기 .89, 자기중심화 .88, 문제행동 과소평가 .79, 완벽과 인정추구 .87, 타인비난 .76, 자기비난 .79, 부정경험 과대평가 .80, 낮은 인내력 .82로 나타났다. 평균분산추출(AVE)은 .83으로 나타났다.

(4) 사회적 상호작용 불안 척도(Social Interactive Anxiety Scale: SIAS)

Mattick & Clarke(1998)의 사회적 상호작용 불안 척도에 대해 김향숙(2001)이 표준화한 척도를 사용하였다. 척도는 인지, 정서, 행동 반응의 3개 요인으로 구성되어 있다. 척도는 5점 척도 19 문항이다. 연구에서 Cronhach's α 는 전체 .92, 인지 .89, 정서 .93, 행동 .91로 나타났다. 평균분산추출(AVE)은 .81로 나타났다.

3) 절차 및 자료 분석 방법

2018년 3월에서 6월 사이에 광주지역 대학생 중 최근 6개월 이내 평일 1일 평균 SNS 사용 시

간이 4시간 이상인 대학생들을 대상으로 연구에 대한 동의 및 설문에 대한 비밀유지에 관해 설명하고 설문을 실시하였다. SNS 1일 평균 4시간은 인터넷 중독 기준 시간(한국인터넷진흥원, 2018)에 근거했다. 총 262부를 배부하여 무성의하게 응답한 5부를 제외하고 최종적으로 257부를 자료 분석에 사용하였다. 자료분석을 위해 SPSS 18.0, AMOS 18.0을 사용하였다. 분석 방법으로는 구조모형을 살펴보기 위해 공변량구조분석을 실시하였다.

4. 결 과

1) 내현적 자기애, 인지왜곡, 사회불안, SNS 중독경향성 간의 관계

내현적 자기애, 인지왜곡, 사회불안, SNS 중독 경향성 간의 상관관계를 먼저 살펴보았다. 측정변인들의 다변량 정상분포를 살펴보았다. <표 1>에 그 결과를 제시하였다.

<표 1> 측정변인들간의 상관계수

구분	내현적 자기애	인지 왜곡	사회 불안	SNS중독 경향성
내현적자기애	-			
인지왜곡	.37***	-		
사회불안	.32***	.42***	-	
SNS중독경향성	.45***	.31***	.37***	-
평균	3.27	2.83	2.95	3.13
표준편차	.23	.41	.37	.28
왜도	.38	.48	.42	.25
첨도	.34	.33	.27	.23

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

<표 1>의 상관을 살펴본 결과, 변인들 간에 유

의미한 정적 상관이 나타났다. 내현적 자기애는 인지왜곡($r = .37$), 사회불안($r = .32$), SNS 중독 경향성($r = .45$)과 정적상관, 인지왜곡은 사회불안($r = .42$), SNS 중독경향성($r = .31$)과 정적상관, 사회불안은 SNS 중독경향성($r = .37$)과 정적상관이 나타났다. 각 측정변인들의 다변량 정상분포를 보기 위해 왜도와 첨도를 구하였다. 그 결과 다변량 정규분포 가정이 충족되었다(West, Finch, & Curran, 1995).

중다회귀분석을 실시하여 독립변인들 간의 다중공선성을 살펴본 결과, 결정계수 R^2 가 .01~.06으로 나타나고 있고 변량팽창계수(VIF)가 1~2 사이에 나타나고 있어 다중공선성의 문제는 나타나지 않았다.

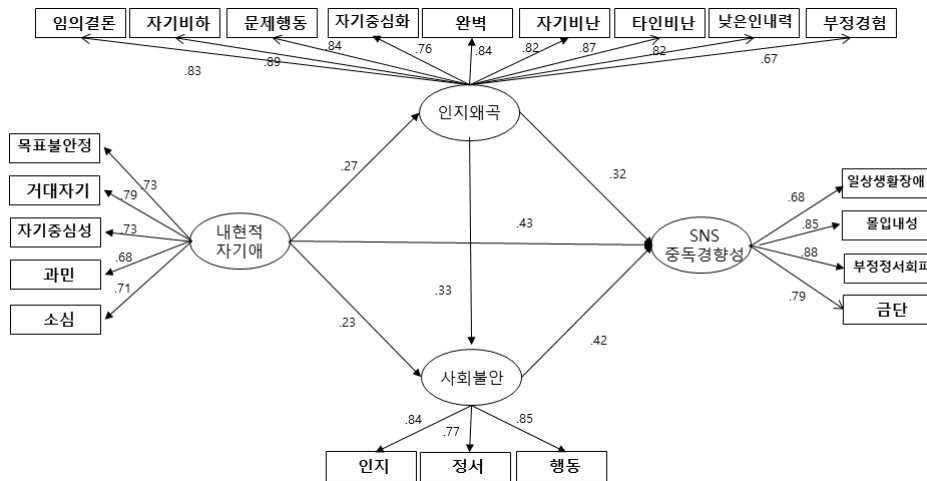
측정모형의 요인부하량을 분석하였다. <표 2>에 그 결과를 제시하였다.

SNS 중독경향성에 영향을 미치는 변인들의 구조모형을 살펴보았다. 연구모형은 <그림 2>에, 변수 간 관계 모형 계수는 <표 3>에 제시하였다.

<표 2> 측정모형의 요인부하량 분석 결과

잠재변수	측정변수	비표준 화계수	표준 오차	표준화 계수
내현적 자기애	목표불안정	1.00		.73
	거대자기	.83***	.01	.79
	자기중심성	.66***	.01	.73
	과민	.60***	.01	.68
	소심	.95***	.02	.71
인지 왜곡	임의결론	1.00		.83
	자기비하	.56***	.01	.89
	문제행동	.78***	.01	.84
	자기중심화	.34***	.01	.76
	완벽	.73***	.02	.84
	자기비난	.94***	.06	.82
	타인비난	.78***	.01	.87
	낮은인내력	.42***	.01	.82
부정경험	.35***	.01	.67	
사회 불안	인지	1.00		.84
	정서	.95***	.02	.77
	행동	.94***	.02	.85
SNS 중독 경향성	일상생활장애	1.00		.68
	몰입 및 내성	.85***	.01	.85
	부정정서회피	.77***	.01	.88
	금단	.72***	.02	.79

*** $p < .001$



<그림 2> 내현적 자기애, 인지왜곡, 사회불안, SNS 중독경향성 간의 구조모형

<표 3> 구조모형에서 변수간 관계(N = 257)

변수	비표준화계수	표준오차	표준화계수	R ²	t
내현적자기에 → 인지왜곡	.38	.05	.27	.18	14.74***
내현적자기에 → 사회불안	.23	.02	.15	.15	6.53***
내현적자기에 → SNS중독경향성	.43	.13	.39	.28	21.33***
인지왜곡 → 사회불안	.33	.03	.43	.34	10.94***
인지왜곡 → SNS중독경향성	.32	.04	.30	.20	8.23***
사회불안 → SNS중독경향성	.42	.07	.35	.22	3.64***

***p < .001

<표 3>의 구조모형에서 변수 간 관계를 살펴보면, 내현적 자기에는 인지왜곡($\beta = .27, t = 14.74, p < .001$), 사회불안($\beta = .23, t = 6.53, p < .001$), SNS 중독경향성($\beta = .43, t = 21.33, p < .001$)에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 인지왜곡은 사회불안($\beta = .33, t = 10.94, p < .001$), SNS 중독경향성($\beta = .32, t = 8.23, p < .001$)에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 사회불안은 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .42, t = 3.64, p < .001$).

연구모형과 대안모형의 적합도를 살펴보았다. 결과는 <표 4>에 제시하였다.

<표 4> 연구모형 및 대안모형의 적합도 지수

	χ^2	df	TLI	CFI	RMSE(CI)
연구모형	293.96	80	.981	.987	.051(.049-.055)
대안모형	301.04	81	.955	.942	.063(.061-.067)

CI = 90%에서의 신뢰구간(Confidence Interval)

연구모형과 대안모형의 적합도를 살펴본 결과 연구모형은 $\chi^2 = 293.96(df = 80, p < .001)$, 적합도 TLI = .981, CFI = .987로 기준치인 .90 이상으로 나타났으며 RMSEA = .051로 .08보다 작게 나타나 요인구조가 적합함을 나타내고 있다. 대안모형은 $\chi^2 = 301.04(df = 81, p < .001)$, 적합도 TLI = .955, CFI = .942로 기준치인 .90이

상으로 나타났으며 RMSEA = .063으로 적합한 것으로 나타났으나 두 모형은 적합도에서 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다($\Delta\chi^2 = 7.08$). 따라서 연구모형을 채택하였다.

매개효과 검증을 위해 부트스트랩 절차를 사용하였다(Shrout & Bolger, 2002). 그 결과는 <표 5>에 제시되어 있다.

<표 5> 구조모형의 직접효과, 간접효과 및 전체효과

경로	전체 효과	직접 효과	간접 효과
내현적자기에->인지왜곡-> SNS중독경향성	.197	.027	.170**
내현적자기에->사회불안-> SNS중독경향성	.269	.194	.075**
인지왜곡->사회불안-> SNS중독경향성	.264	.232	.032**

**p < .01

5. 논의

본 연구는 SNS 중독 경향성이 높은 대학생들 대상으로 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 변인들의 구조적 모형을 밝혀 SNS 중독을 예방하고 교육 및 상담적 제언을 위한 학문적 정보를 제공하는데 연구 목적이 있다.

주요한 연구 결과를 중심으로 논의하면, 첫째,

내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간에 인지왜곡이 매개역할을 하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 내현적 자기애 성향이 SNS 중독경향성에 영향을 미친다는 조성현·서경현(2013) 및 김선미·서경현(2015)의 연구결과와 일치한다. 또한 내현적 자기애가 인지왜곡을 매개로 SNS 중독에 영향을 미치는 것으로 나타난 결과는 내현적 자기애가 높을수록 개인화, 과국화 등 인지왜곡의 경향이 높다는 김진희(2011)의 결과와 일치하고 있으며, 인지왜곡이 인터넷 중독을 설명하는 주요한 변인임을 밝힌 Davis(2001)의 연구결과와 유사하다. 즉 내현적 자기애가 높은 대학생일수록 불편한 사회적 상황들을 자신과 연결 짓는 개인화, 끝이라고 생각하는 과국화의 인지왜곡을 더 많이 하게 된다. 또한 이러한 인지왜곡이 높을수록 대학생들은 사회적 상황에서 물러나 SNS상에 자신이 보여주고 싶은 모습만을 보여주면서 불편한 사회적 상황을 피하게 된다고 볼 수 있다.

둘째, 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간에 사회불안이 매개역할을 하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 내현적 자기애가 사회불안과 유의미한 관계가 있음을 보고한 손정선(2010)의 연구결과와 일치하며 사회불안이 높을수록 인터넷 중독 경향이 높다는 한기홍(2008)의 연구결과와 유사하다. 또한 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간에 대인관계문제의 매개효과를 검증한 이영은, 박현주·허창구(2016)의 연구결과와 유사하다. 내현적 자기애가 높은 사람일수록 자신을 과장되게 지각하고 과시적이며 과도한 찬사를 받고 싶어 하나 상처받거나 거절당하는 것에 민감하다. 이러한 이유로 인해 내현적 자기애가 높은 사람은 스트레스와 사회불안이 적은 온라인상에서 대인관계를 계속 유지하고자 하여 SNS에 더욱더 빠져드는 것이다.

셋째, 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간에

인지왜곡과 사회불안이 이중매개역할을 하는 것으로 나타났다. 내현적 자기애가 높을수록 인지왜곡이 높아지고 사회불안이 높아지며 SNS 중독경향성이 높아짐을 알 수 있다. 이러한 결과는 내현적 자기애와 인지왜곡간의 관계를 보고한 Glickauf-Hughes와 Mehlman(1994), 인지왜곡과 사회불안 간의 관계를 보고한 김정민(2008), 사회불안과 인터넷중독 간의 관계를 보고한 Young(1998)의 연구결과와 유사하다. 내현적 자기애가 높은 사람들이 가지고 있는 성격상의 취약성이 인지를 더욱 왜곡시켜 사회적 불안감을 높이고 높아진 사회적 불안감은 현실의 대인관계를 SNS 상의 대인관계로 옮겨 중독경향성에 빠지게 할 수 있다. 따라서 SNS 중독예방과 교육, 상담을 위해서 내현적 자기애 성향과 인지왜곡을 살펴보고, 사회불안경향성을 점검할 필요가 있음을 시사하고 있다.

넷째, 인지왜곡과 사회불안을 통해 내현적 자기애와 SNS 중독경향성의 간접매개효과를 나타낸 연구모형이 직접매개효과를 나타낸 대안모형보다 더 적합한 것으로 나타났다. 연구 결과, 내현적 자기애가 인지왜곡과 사회불안을 통해 SNS 중독경향성에 유의미한 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 이영은·박현주·허창구(2016)는 대학생을 대상으로 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간에 대인관계문제가 완전매개함을 밝혔다. 그러나 본 연구에서는 매개변인을 투입해도 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간의 관계가 여전히 유의미한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 연구대상과 변인의 차이에 기인할 수 있다. 이영은·박현주·허창구(2016)는 일반 대학생과 대학원생을 대상으로 연구를 진행하였다. 본 연구에서는 SNS 중독경향성이 높은 대학생들을 대상으로 연구를 진행하였다. 일반 대학생의 경우 내현적 자기애가 SNS 중독경향성을 직접 높이지는 않지만 SNS 중독경향성이 높은 대학생들은 내현적 자기애가

직접 SNS 중독경향성을 높일 뿐만 아니라 SNS 중독경향성이 높을수록 인지왜곡과 사회불안의 문제가 발생하고 이는 SNS를 높임을 알 수 있다.

본 연구의 시사점은 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 구체적인 변인들을 밝혀내고 그 변인들 간의 구조적관계를 밝혀냈다는 점이다. 개인의 성향을 이해하고 인지왜곡과 사회불안 등 심리적 특성을 파악하여 그에 맞는 개별화된 상담 전략을 사용한다면 SNS 중독을 예방하고 효과적인 상담적 치료를 할 수 있을 것이다. SNS 중독 예방과 치료를 위해, 먼저 내담자의 내현적 자기애 성향을 세부적으로 살펴볼 필요가 있다. 본 연구에서는 내현적 자기애 성향 중 거대자기가 가장 많은 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 타인에게 인정받고 자신을 드러내고자 하는 욕구와 관련된다. 상담사가 내담자의 이러한 자신의 욕구 및 특성을 파악하도록 돕고 긍정적으로 충족시킬 수 있는 방법을 찾도록 도와준다면 SNS 중독경향성을 줄여 SNS 중독을 예방하는데 효과적일 것이다. 그 후 인지왜곡과 사회불안 등을 평가하여 그 관계성을 해석하고 감소시켜줌으로

써 SNS 중독경향성을 가진 대학생이 스스로 조절할 수 있도록 도와줄 수 있을 것이다. 또한 내현적 자기애, 인지왜곡, 사회불안 등의 변인들은 대인관계적 요소와 관련된다. SNS의 주된 기능이 대인관계라고 볼 수 있다. 이에 사회기술 훈련 등 대인관계 향상을 위한 프로그램을 통해 대인관계 문제를 극복할 수 있도록 도울 수 있을 것이다. 그리고 본 연구 결과는 SNS 중독 경향성이 높은 내담자를 조력하기 위한 사례개념화에 도움이 될 것이다.

본 연구의 제한점으로는 첫째, SNS 중독경향성에 영향을 미치는 심리적 변인들을 중심으로 살펴보았다. 추후 오프라인 상의 대인관계, 가족관계 등을 추가하여 살펴볼 필요가 있다. 오프라인 상의 관계를 살펴본다면 내담자의 SNS 중독 경향성에 영향을 미치는 변인에 대해 보다 객관적인 정보를 얻을 수 있을 것이기 때문이다. 둘째, SNS 중독경향성을 좀 더 세분화하여 살펴볼 필요가 있다. 주로 누구와 어떤 내용의 상호작용을 하는지 살펴본다면 SNS 중독에 영향을 미치는 변인을 보다 구체적으로 살펴볼 수 있을 것이다.

참 고 문 헌

- 강문선·이영순 (2011). 내현적 자기애성향과 내면화된 수치심과의 관계: 인지적 정서조절전략의 매개효과. <한국상담학회: 상담학연구>, 12(5), 1545-1560.
- 강선희·정남운 (2002). 내현적 자기애 척도의 개발 및 타당화 연구. <한국심리학회지: 상담 및 심리치료>, 4(4), 969-990.
- 김교현 (2007). 중독, 그 미궁을 헤쳐 나가기, <한국심리학회지: 건강>, 12(4), 677-693.
- 김동일 외 (2012). 성인용 간략형 스마트폰 중독 자가진단 척도 개발, <상담학연구>, 13(2), 629-641.
- 김선미·서경현 (2015). 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간의 관계: 경험회피의 매개효과를 중심으로. <한국심리학회지: 건강>, 20(3), 587-603.
- 김정균·장석진 (2014). 중학생의 내현적 자기애와 관계적 공격성의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과. <상담학 연구>, 15(2), 791-810.

- 김정민 (2008). 사회불안장애 청소년을 위한 인지행동치료와 인지행동치료·주의훈련의 효과 비교. <한국심리학회지: 상담 및 심리치료>, 20(2), 243-267.
- 김진희 (2011). 청소년의 자기에 성향과 분노표현의 관계에서 인지적 정서조절의 중재효과. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김향숙 (2001). 사회공포증 하위유형의 기억편향. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 류경희·홍혜영 (2014). 중학생의 외현적, 내현적 자기애와 스마트폰 중독간의 관계: 공격성의 매개효과. <청소년학연구>, 21(8), 157-183.
- 박세란·신민섭·이훈진 (2005). 외현적·내현적 자기애의 명시적, 간접적 귀인양식. <한국심리학회지: 임상>, 24(2), 465-474.
- 서거 (2013). 페이스북(Facebook) 이용 중독이 대학생의 사회성 및 자아정체성에 미치는 영향에 관한 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 손정선 (2010). 내현적 자기애와 인지적 왜곡, 인터넷 사용 동기가 인터넷 중독에 미치는 영향. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 송혜진 (2011). 스마트폰 이용을 통한 SNS 중독에 관한 연구. <한국중독범죄학회보>, 1(2), 31-49
- 안도연 (2008). 외로움이 자기에 성향자들의 인터넷 중독행동에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 우공선·강재원 (2011). 이동형 SNS(Social Network Service)의 이용 충족, 의존, 그리고문제적 이용. <사이버커뮤니케이션학보>, 28(4), 89-127.
- 윤성민·신희천 (2007). 내현적 자기애가 사회적 상호작용 불안에 미치는 영향: 경험회피의 매개효과. <한국심리학회지: 상담 및 심리치료>, 19(4), 967-982.
- 이계정 (2006). 내현적 자기애 성격성향자들의 인터넷 과다사용에 관한 연구: 인터넷 보상경험을 매개변인으로. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이상미·이숙 (2009). 내현적 자기애와 청소년의 우울 및 자기 효능감의 관계. <놀이치료>, 13(2), 1528.
- 이영은·박현주·허창구 (2016). 내현적·외현적 자기애와 SNS 중독경향성-대인관계문제의 매개효과를 중심으로. <한국심리학회지: 사회 및 성격>, 30(1), 63-80.
- 이정운 (2007). 청소년용 부적응적 사고 척도의 개발 및 예비 타당화 연구. <한국심리학회지: 상담 및 심리치료>, 19(4), 1001-1021.
- 정소영·김종남 (2014). 대학생용 SNS 중독경향성 척도 개발 및 타당화 연구. <한국심리학회지: 건강>, 9(1), 147-166.
- 조성현·서경현 (2013). SNS 중독경향성 관련 요인 탐색: 내현적 자기애, 자기제시 동기 및 소외감을 중심으로. <한국심리학회지: 건강>, 18(1), 239-250.
- 한국인터넷진흥원 (2018). 인터넷이용실태조사.
<https://isis.kisa.or.kr/board/index.jsp?pageId=060100&bbsId=7&itemId=821&pageIndex=1>에서 2018, 3, 28 자료 얻음.
- 한기홍 (2008). 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 고등학생 및 대학생을 중심으로. 한서대학교대학원 박사학위논문.

- 홍구표 · 전혜성 (2017). 대학생의 SNS 중독경향성과 대인관계문제 간의 관계: 사회적 지지의 조절효과를 중심으로 <보건사회연구>, 37(1), 34-67.
- 황성욱 · 박재진 (2011). 페이스북, 무엇이 문제인가? 심리적 문제점 요인 분석. <광고연구>, 91, 68-79
- Albano, A. M., DiBartolo, P. M., Holt, C. S., Heimberg, R. G., & Barlow, D. H. (1995). Cognitive-behavioral group treatment for social phobia in adolescents: A preliminary study. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 183, 649-656.
- Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books.
- Beidel, D. C., Turner, S. M., & Morris, T. L. (2000). Behavioral treatment of childhood social phobia. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 1072-1080.
- Buffardi, E. L., & Campbell, W. K. (2008). Narcissism and social networking web sites. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 1303-1314.
- Cristian, T. (2002). Early maladaptive schemas and cognitive distortions in psychopathy and narcissism. Australian National University, Unpublished Doctoral degree.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavior model of pathological internet use(PIU). *Computer in Human Behavior*, 17(2), 187-195.
- Dickinson, K. A., & Pincus, A. L. (2003). Interpersonal analysis of grandiose and vulnerable narcissism. *Journal of Personality Disorders*, 17, 188-207.
- Donnelly, E., & Kuss, D. J. (2016). Depression among users of social networking sites(SNSs): The role of ㄹ addiction and increased usage. *Journal of Addiction and Preventive Medicine*, 1(2). 107.
- Eigmeijer, J., & McCord, J. (1998). Adding value in the information age: Uses and gratification of sites on the world web. *Journal of Business Research*, 41, 187-194.
- Ellis, A., & Maclaren, C. (2007). 합리적 정서행동치료 (Rational emotive behavior therapy: a therapist's guide). (서수균, 김윤희 공역). 서울: 학지사.
- Erwein, B. A. Turk, C. L., Heimberg, R. G., Fresco, D. M., & Hantula, D. A. (2004). The internet: home to a severe population of individuals with social anxiety disorder? *Journal of anxiety disorder*, 18(5), 629-646.
- Gallagher, H. A., Rabian, B. A., & McCloskey, M. S. (2004). A brief group cognitive-behavioral intervention for social phobia in childhood. *Journal of Anxiety Disorders*, 18, 459-479.
- Greenfield, D. (1999). *The nature of internet addiction: Psychological factors in compulsive internet use*. Paper presented at eh 107th convention of American Psychological Association. August 20-24 1999. Boston, Massachusetts.
- Grickauf-Hughes, C., & Mehlman, E. (1995). Narcissistic issues in therapists: Diagnostic and treatment considerations. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 32, 213-221.
- Hendin, H. M., & Check, J. M. (1977). Assessing hypersensitive narcissism: A reexamination of

- narcissism. *Personality and Individual Differences*, 20(4), 521-525.
- Kiss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction: A review of the psychological literature. *International Journal Environmental Research and Public Health*, 8, 3528-3552.
- Kohut, H. (1977). *The Restoration of the self*. New York: International University Press.
- Mattic, R. P., & Clarke, J. C. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 36(4), 455-470.
- Rose, P. (2002). Acceptance and commitment therapy versus traditional cognitive behavioral therapy: A systematic review and meta-analysis of current empirical evidence. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12(3), 333-358.
- Ryan, T., & Xenos, S. (2011). Who uses facebli? an investigation into the relationship between the big five, shyness, narcissism, loneliness, and facebook usage. *Computers in Human Behavior*, 27(5), 1658-1664.
- Shaffer, H. J., LaPlante, D. A., LaBrie, R. A., Kidman, R. C., Donato, A. N., & Stranton, M. V. (2004). Toward a syndrome model of addiction: Multiple expressions, common etiology. *Harv Rev Psychiatry*, 12, 367-374.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Sickfacebook (2010). 350million people are suffering from facebook addiction disorder(FAD). <http://sickfacebook.com/350million-people-suffering-facebook-addiction-disorder-fad/>
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues and applications* (pp.56-75). Newbury Park, CA: Sage.
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York: John Wiley & Sons, Inc.

Relationship between Covert Narcissism and SNS Addiction Proneness in College Students: Mediation Model of Cognitive Distortion and Social Anxiety

Min Jeong

Gwangju University

The purpose of this study was to identify the variables affecting SNS addiction tendency and provide information on treating and preventing SNS addiction tendency in college students. The structural equation model was examined among covert narcissism, cognitive distortion, social anxiety, and SNS addiction proneness in college students. A total of 257 college students participated. To examine the effect, all subjects completed Covert Narcissism Scale, Maladaptive Thought Scale, Social Anxiety Scale, and SNS Addiction Proneness Inventory. The important results of this study were as follows: First, the mediating effect of cognitive distortion was shown in the relationship between covert narcissism and SNS addiction proneness. Second, the mediating effect of social anxiety was shown in the relationship between covert narcissism and SNS addiction proneness. Third, the mediating effect of social anxiety was shown in the relationship between cognitive distortion and SNS addiction proneness. Therefore, the study model was found to be more suitable than the alternative model. The results suggest planning counseling and therapeutic approaches by taking into account personality, cognitive, and emotional aspects in order to reduce SNS addiction proneness in college students. It further suggests social variables that affect SNS addiction proneness for follow-up research.

Keywords: College Students, SNS Addiction Proneness, Covert Narcissism, Cognitive Distortion, Social Anxiety