

아동기 정서학대와 SNS 중독경향성의 관계: 자기자비로 조절된 거부민감성의 매개효과

배 창 인 김 명 찬[†]
인제대학교
박사과정 교수

본 연구는 대학생의 아동기 정서학대와 SNS 중독경향성 간의 관계에서 거부민감성의 매개효과를 검증하고, 이러한 거부민감성의 매개효과가 자기자비에 의해 조절되는지 검증하고자 하였다. 이를 위해 대학생을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하고, SPSS 30.0과 PROCESS Macro를 사용하여 매개효과와 조절효과, 조절된 매개효과를 분석하였다. 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 정서학대와 SNS 중독경향성의 관계에서 거부민감성의 완전 매개효과가 유의하였다. 둘째, 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향에서 유의미한 자기자비의 조절효과를 확인하였다. 셋째, 정서학대가 거부민감성을 매개하여 SNS 중독경향성에 미치는 영향에서 자기자비의 조절된 매개효과가 유의하였다. 이러한 결과는 정서학대 수준이 높을수록 더 높은 수준의 거부민감성을 경험하게 되고, 이는 다시 SNS 중독경향성을 증가시키는 경로로 작용함을 의미한다. 그러나 자기자비 수준이 높은 경우, 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 유의미하게 약화시키는 조절효과를 나타내고, 정서학대가 거부민감성을 거쳐 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 매개경로를 자기자비가 완충하는 역할을 할 수 있음을 시사한다. 이를 바탕으로 본 연구의 의의 및 한계점과 후속 연구를 위한 제언을 언급하였다.

주요어 : 정서학대, SNS 중독경향성, 거부민감성, 자기자비

[†] 교신저자 : 김명찬, 인제대학교, 경남 김해시 인제로 197 장영실관(E동) 515호

Tel: 055-320-3410 E-mail: vitachan0@gmail.com



Copyright ©2025, The Korean Counseling Psychological Association
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

인간은 사회적 존재로서 타인과의 정서적 유대와 소속감을 지속적으로 추구한다(Baumeister & Leary, 1995). 이러한 욕구는 단지 오프라인 상호작용에 국한되지 않고, 온라인 환경에서도 드러난다. 특히 SNS(Social Network Services)는 시공간의 제약 없이 기존 관계를 유지하고, 사회적 연결을 확장하는 데 유용한 수단으로 기능한다(Ellison et al., 2007). 이처럼 SNS는 사회적 관계 형성에 도움이 되기도 하지만, 모든 사용자가 SNS를 건강하게 사용하는 것은 아니다.

일부 사람들은 SNS 사용에 있어 스스로 통제하는 데 어려움을 겪으며, 과도하게 몰입하거나 의존적인 사용 패턴을 보이기도 한다(Kuss & Griffiths, 2011). 이러한 SNS 사용 양상이 지속적이고 반복적으로 이루어지며, 사용 시간 조절에 실패하거나 일상생활에 지장을 초래하는 경우 SNS 중독경향성으로 정의된다(정소영, 김정남 2014; Błachnio et al., 2016). SNS 중독경향성은 단순히 사용 빈도가 높은 것에 그치지 않고, 심리적 금단 증상이나 통제 상실과 같은 중독적 특성을 포함하는 행동적 문제로 간주된다(Andreassen, 2015).

우리나라 만 6세 이상 인터넷 이용자의 최근 1년 이내 SNS 이용률은 65.2%에 이르며, 대학생 SNS 이용률은 91.0%로 전체 연령 중 가장 높은 이용률을 보였다(한국지능정보사회진흥원, 2024). 이처럼 SNS는 현대인의 일상생활에 깊숙이 자리 잡았다. 특히 정체성 확립과 사회적 관계 형성이 중요한 발달 과업으로 간주되는 대학생 시기(Arnett, 2000)는 SNS를 통해 사회적 상호작용을 시도하는 경우가 많은데, 과도한 SNS 사용은 다양한 심리사회적 문제를 유발할 수 있다. 선행연구에 따르면, SNS 중독경향성이 높은 대학생은 퍼빙

(Phubbing), 우울, 비자살적 자해 등 정서적 어려움을 겪는 경향이 있으며(윤혜지 외 2024; 이소연 외, 2024; 차소연 외, 2024), 대인관계 문제, 학업성취도 저하 등 현실 적응을 저해하는 요인으로도 작용한다(홍구표, 2017; Ning & Inan, 2024). 또한, SNS 사용의 동기는 대개 소속감이나 사회적 지지 획득에 있으나(Nadkarni & Hofmann, 2012; Pempek et al., 2009), 실질적인 관계에서 지지 부족으로 인해 오히려 더 큰 외로움을 경험하게 되는 악순환이 형성될 수 있다(Van den Eijnden et al., 2008). 이처럼 대학생 시기는 SNS 사용이 증가하는 시기인 동시에, 과도한 사용이 다양한 부정적 결과로 이어질 수 있는 민감한 발달적 전환기로 볼 수 있다.

SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인은 다양하지만, 아동기 역경 경험(Adverse Childhood Experiences)과의 관련성을 다룬 연구는 아직 부족한 실정이다. 기존 연구들은 주로 외현적·내현적 자기애(김선미, 서경현, 2015; 이영은 외, 2016; Balcerowska & Sawicki, 2022), 애착유형(김보경 외, 2016; 박지수, 서영석, 2018; D'Arienzo et al., 2019), 자아존중감(유현욱, 홍혜영, 2015; Gori & Griffiths, 2023), 완벽주의적 자기제시(박승혜, 이승연, 2019; 하정은, 김경미, 2023) 등 성격 특성이나 심리적 상태에 초점을 맞추어 SNS 중독경향성과의 관계를 탐색해왔다. 반면, 아동기 정서학대와 같은 생애사적 역경 경험이 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 구체적인 심리적 경로를 통해 설명한 연구는 매우 드물다.

아동기 역경 경험은 아동기에 정서학대, 신체학대, 방임, 가정 내 갈등 등이 반복되거나 지속된 부정적인 경험들을 포괄하는 개념으로, 이후 성인기의 심리적 적응과 행동 양식에 장

기적인 영향을 미치는 것으로 알려져 있다 (Felitti et al., 1998). 특히, 이 중 학대 경험은 정서조절 능력(Dvir et al., 2014; Poole et al., 2017)과 사회적 행동(Ran et al., 2023; Zheng et al., 2025)에 지속적인 영향을 미치며, SNS 사용 패턴에도 영향을 줄 수 있다(Elkin et al., 2025). 아동학대는 18세 미만 아동이 보호자 또는 성인으로부터 신체적, 정서적, 성적 학대와 방임을 경험하는 경우를 의미하며 정서학대, 신체학대, 방임, 성학대 4가지 유형으로 구분된다(아동복지법 제3조). 2023년 아동학대 주요통계(보건복지부, 2023)에 따르면 전체 학대 사례 중 정서학대가 54.8%로 가장 높은 비율을 차지하였고, 그 뒤로 신체학대(34.3%), 방임(8.5%), 성적학대(2.4%) 순으로 나타났다. 학대 행위자와 피해 아동 간의 관계를 살펴보면, 학대의 주된 행위자는 부모(85.9%)였으며, 그 외 대리양육자(7.3%), 타인(3.3%), 친인척(3.0%), 기타(0.6%)로 나타났다.

이러한 통계는 정서학대가 아동학대 유형 중 가장 흔하게 발생하며, 특히 부모에 의해 이루어지는 경우가 많다는 점을 나타낸다. 이에 본 연구에서는 정서학대를 주요한 아동기 역경 경험으로 보고, 18세 미만 아동기 부모에 의해 경험된 정서적 학대를 조작적 정의로 설정하였다. 여기서 정서학대는 부모에 의해 반복적으로 나타나는 언어적 공격, 협박, 모독감, 수치심을 유발하는 행동과 적대적이고 거부적인 형태의 학대를 의미하며(고성혜, 1992; Glaser, 2011), 이는 아동의 자존감이나 안녕감을 저해하는 말이나 굴욕적이고 경멸적인 태도를 포함하는 것으로 정의된다(Bernstein et al., 2003).

이처럼 가정 내 학대나 방임과 같은 부정적인 경험은 개인이 긍정적인 역할 모델을 접할

기회를 제한하며, 적절한 대처 전략을 방해하여 결과적으로 SNS를 과도하게 사용하는 경향으로 이어진다(Worsley et al., 2018). 보상적 인터넷 사용 모델(Compensatory Internet Use Model)에 따르면, 현실에서의 충족되지 못한 정서적 결핍을 SNS와 같은 온라인에서 대리적으로 보상받으려고 하며, 이 과정에서 과도한 의존이 형성될 수 있다(Kardefelt-Winther, 2014). 이 모델은 정서적 고통을 경험한 개인이 현실의 부정적인 감정을 회피하거나 완화하기 위해 SNS나 인터넷에 과몰입하는 경향을 설명하며, 이러한 설명은 선행연구들에 의해 경험적 근거로 뒷받침된다(Elhai et al., 2017; Kircaburun et al., 2019; Musetti et al., 2021).

이러한 모델의 설명과 선행연구의 결과를 바탕으로, 정서학대를 경험한 개인은 현실에서의 정서적 결핍을 보상받기 위해 SNS와 같은 온라인 플랫폼에 과도하게 의존하게 될 가능성이 있으며, 이는 SNS 중독경향성으로 이어질 수 있다. 또한, 정서학대가 SNS 중독경향성에 미치는 경로를 탐색한 선행연구들을 통해서도 확인된 바 있다. 예를 들어, 정서학대는 불안정 애착, FOMO(Fear of Missing Out; 소외에 대한 두려움)를 매개하여 SNS 중독경향성을 증가시킨다고 보고하였다(남현지, 하은혜, 2022; Wei & Yu, 2024; Worsley et al., 2018). 그러나 정서학대와 SNS 중독경향성 간의 직접적인 관계를 규명한 연구는 상대적으로 제한적이며, 일부 연구에서는 정서학대가 SNS 활동을 포함한 인터넷 중독을 직접적으로 예측하지는 않는다고 보고하기도 하였다(Peng et al., 2025). 이러한 상반된 결과는 정서학대가 SNS 중독경향성 간의 관계가 직접적이기보다는, 특정 심리적 요인에 의해 매개되는 간접적 경로를 통해 작용할 가능성을 시사한다. 즉, 정

서학대 경험이 곧바로 SNS 중독경향성으로 이어지는 것이 아니라, 그 과정에서 정서적 특성이 개입하여 영향을 매개할 수 있다는 점에서, 정서학대와 SNS 중독경향성 간 관계를 명확히 이해하기 위해서는 매개변수를 탐색하는 것이 필요하다.

정서학대와 SNS 중독경향성 간의 관계에서 핵심적인 심리적 매개 변수로 작용할 수 있는 요소로 거부민감성을 고려할 수 있다. 거부민감성은 대인관계 상황에서 거부당할 것을 불안해하며 거부와 관련된 정보를 민감하게 지각하고 과민하게 반응하는 인지-정서 처리 경향성을 의미한다(Feldman & Downey, 1994). Feldman과 Downey(1994)는 거부민감성을 설명함에 있어, 사회인지적 요소(예, 기대, 인지 편향)와 정서적 반응(예, 거절 불안)을 함께 고려한 사회인지-정서 통합 이론을 제시하였다. 이 이론에 따르면, 아동기와 같은 생애 초기의 거절 경험은 이후 타인의 반응에 대한 정보처리 방식과 정서적 반응 경향성에 영향을 준다. 구체적으로, 타인의 거절을 예상하고 이에 대해 불안을 느끼게 되며 모호한 사회적 피드백을 거절로 해석하는 경향을 보일 수 있으며, 이러한 고통을 줄이기 위해 거절 가능성이 있는 상황을 회피하는 전략을 학습할 수 있다. 이는 거부민감성이 정서학대와 SNS 중독경향성을 연결하는 중요한 심리적 매개역할을 수행할 수 있음을 뒷받침한다.

선행연구에 따르면, 아동기 정서학대 경험은 대학생의 거부민감성을 유의하게 예측한다는 결과가 보고되었다(문원희, 서수균, 2023; 배라영, 최지영, 2018; 변은실, 이주영, 2016; 하수홍, 장문선, 2013). 이는 중요한 타인으로부터 반복적인 거절을 경험한 개인이, 타인의 반응에 대해 과도하게 경계하거나 민감하게

반응하는 경향을 발달시킬 수 있음을 시사한다. 이러한 경향은 점차 방어적 동기 시스템(defensive motivational system)으로 체계화되어, 유사한 상황에서도 자동적으로 활성화되며 변화되기 어렵게 된다(Downey et al., 2004). 나아가, 거부민감성은 정서학대의 결과 변인으로서 작용할 뿐 아니라, 대인관계에서의 불안정성과 과민한 반응성을 통해 SNS 사용 방식에도 영향을 미칠 수 있다. 실제로, 거부민감성이 높으면 SNS 중독경향성 수준도 증가하는 것으로 보고되었다(강지영, 심혜원, 2021; 김기숙, 김영근, 2020; 이선경, 김정규, 2019; 장병준 외, 2024). 이러한 이론적 틀과 선행연구 결과를 종합하면, 거부민감성은 정서학대와 같은 아동기 거절 경험으로 SNS 중독경향성과 같은 회피적 행동 양상으로 연결되는 과정에서 심리적 매개역할을 수행할 수 있음을 시사한다. 거부에 민감한 개인이 오프라인 대인관계보다 SNS를 통한 의사소통에서 거부에 대한 기대와 그로 인한 불안을 억제하기가 상대적으로 쉽기 때문에, SNS 상에서 더 활발하게 소통하려는 경향을 보이는 것이다(Demircioğlu & Göncü Köse, 2023).

그러나 정서학대 경험이 거부민감성을 매개로 SNS 중독경향성에 미치는 영향은 모든 개인에게 동일한 결과로 이어지는 것은 아닐 것이다. 학대를 경험하더라도 개인 내적 혹은 외적 자원인 보호요인이 있을 경우, 외상적 경험으로 인한 성인기의 부정적 영향을 완화할 수 있다(Glaser, 2011; Rutter, 1987). 특히, 정서학대를 경험한 개인은 부정적인 자기 인식이나 고통스러운 감정을 수용하지 못하고, SNS 중독과 같은 회피적 행동으로 이어질 가능성이 높다(Worsley et al., 2018). 이러한 맥락에서 자기자비는 자신에 대한 왜곡된 인식과

자기비난을 완화하고, 부정적 감정을 보다 유연하게 받아들이도록 하여 외상 후 회복을 돕는 심리적 보호요인으로 제시되어 왔다(Germer & Neff, 2013; Neff & Vonk, 2009).

자기자비는 개인이 자신의 고통, 실패, 결함에 대해 비판보다는 공감적이고 수용적인 태도를 갖는 성향으로, 자기비난을 감소시키고 정서적 균형을 회복하는 데 효과적인 내적 자원이다(Neff, 2003a). Neff(2003a)는 자기자비의 세 가지 기본 요소를 제시하였다. 첫째, 자기 친절은 실패 경험이나 고통을 겪는 상황에서 자기 자신을 가혹하게 판단하기보다는, 친절하고 이해하는 태도를 가지는 것이다. 둘째, 보편적 인간성은 실패 경험이나 고통을 자신만의 고립된 경험으로 보는 것이 아니라, 모든 인간이 공유하는 더 큰 인간 경험의 일부로 인식하는 것이다. 셋째, 마음챙김은 고통스러운 생각과 감정을 과도하게 동일시하기보다 균형 잡힌 인식을 유지하려는 것을 의미한다.

자기자비의 심리적 기능은 Fredrickson(1998)의 확장-구축 이론(broaden-and-build theory of positive emotions)으로 설명할 수 있다. 이 이론에 따르면, 긍정 정서는 개인의 사고와 행동의 범위를 확장하고, 이를 통해 장기적으로 심리적 자원을 구축한다. 자기자비는 긍정 정서를 유발하는 심리적 성향으로서, 감정적 고통을 수용하고 자기 자신에게 친절하게 반응하게 함으로써 긍정 정서를 촉진한다(Neff et al., 2007). 이를 통해 자기자비는 부정적 정서를 직접적으로 변화시키거나 억제하기보다는, 감정에 휘말리거나 부적응적 대처 전략에 의존할 위험을 줄이며, 스트레스 상황이나 외상적 경험을 보다 건강하게 처리하도록 돕는다(Germer & Neff, 2013). 실제로 자기자비는 부정적 감정 억제나 회피를 줄이는 대신 수용적

대처를 촉진하고(Inwood & Ferrari, 2018), 자아에 대한 부정적 평가와 사회적 거절에 대한 두려움을 완화하여 대인관계 스트레스 반응을 조절하는 심리적 자원으로 기능한다(Neff & McGehee, 2010).

이러한 작동 기제는 경험적 연구에서도 확인되었다. 긍정적 자기자비에 해당되는 자기 친절, 보편적 인간성, 마음챙김이 높을수록 SNS 중독경향성이 낮은 경향이 보고되었으며(Wei, 2024), 자기자비는 완벽주의적 자기제시(최유민, 2022)나 거부민감성(강민주 외, 2025; 김유영, 이희경, 2020) 등 심리적 취약성과 상호작용하여 내면화된 수치심이나 역기능적 분노표현 등 부적응적 정서·행동 반응을 완충하는 것으로 나타났다. 이러한 선행연구들은 자기자비가 다양한 심리적 취약성과 상호작용하여 부정적 영향을 완화할 수 있는 보호요인으로 기능함을 시사한다. 이러한 이론적·경험적 근거를 종합하면, 자기자비는 외상적 경험 이후의 회복력을 높이는 보호요인으로 기능할 가능성이 있다. 따라서 본 연구는 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향이 자기자비 수준에 따라 달라질 수 있으며, 자기자비가 거부민감성과 SNS 중독경향성 간의 관계를 조절하는 완충변인으로 작용할 수 있음을 가정한다.

이와 같은 이론적 배경과 선행연구를 종합해 볼 때, 정서학대 경험이 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 단일한 경로로 설명하기보다는, 그 내면의 정서적 요인인 거부민감성과 개인 내적 자원인 자기자비의 상호작용을 통합적으로 고려할 필요가 있다. 특히, 거부민감성이 정서학대와 SNS 중독경향성 간의 매개 경로에서 핵심적인 정서기제로 작용함과 동시에, 자기자비가 이러한 부정적 감정 반응을 완충하

는 보호기제로 기능할 수 있다는 점에서, 본 연구는 이들 변수 간의 관계를 조절된 매개효과 관점에서 고찰하고자 한다. 따라서 본 연구는 정서학대가 거부민감성을 매개로 하여 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 과정에서, 자기자비가 이 관계를 조절하는 역할을 하는지를 검증하고자 하며, 본 연구의 가설은 다음과 같다.

가설 1. 거부민감성은 정서학과와 SNS 중독경향성 간의 관계를 매개할 것이다.

가설 2. 자기자비는 거부민감성과 SNS 중독경향성 간의 관계를 조절할 것이다.

가설 3. 자기자비는 정서학대가 거부민감성을 매개하여 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 조절할 것이다.

방 법

연구대상

본 연구는 대학생들을 대상으로 자기보고식 온라인 설문조사를 통해 데이터를 수집하였다. 설문은 전국 단위의 온라인 커뮤니티(포털사이트 카페 및 대학생 커뮤니티 어플)를 통해 이루어졌으며, 본 연구는 아동기 학대 경험과 같은 민감한 주제를 포함하고 있어 응답 과정에서 개인에 따라 정서적 불편감을 경험할 수 있음을 사전에 고지하였다. 이에 따라 설문 참여 전에 연구 목적, 예상 소요 시간, 응답의 익명성 보장, 외상 경험 회상의 가능성 등을 안내하였다. 또한, 참여자는 언제든지 설문을 중단하거나 연구 참여 동의를 철회할 수 있으며, 이로 인한 어떠한 불이익도 없음을 고지

한 후 자발적인 동의를 받아 참여가 이루어졌다. 대상자 표본 수는 G*power 3.1.0 프로그램(Faul et al., 2009)을 이용하여 효과크기 0.1, 유의수준 .05, 검정력 .95일 때 226명의 표본 수가 산출되었으나, 불성실한 응답을 고려한 데이터 손실과 추후 분석의 신뢰도를 높이기 위해 250명 이상 수집을 목표로 모집하였다. 총 255명이 연구에 참여하였으며, 불성실한 응답 12부를 제외하고 243명의 데이터를 분석에 사용하였다. 연구 대상 특성은 남성 99명(40.7%), 여성 144명(59.3%), 1학년 43명(17.7%), 2학년 102명(42.0%), 3학년 63명(25.9%), 4학년 35명(14.4%) 이었으며, 평균 연령은 21.6세($SD=1.8$)로 나타났다.

측정도구

정서학대 척도

정서학대 경험 수준을 측정하기 위해 고성혜(1992)가 제작한 아동학대척도 3가지 하위요인(신체적학대, 정서학대, 방임) 중 정서학대에 해당되는 24문항을 사용하였다. 4점 Likert 척도이며, ‘한 번도 없었음’ 1점에서 ‘자주 경험함’ 4점으로 평정하고, 점수가 높을수록 부모로부터 경험한 정서학대 수준이 높다는 것을 의미한다. 만 18세 미만 아동기 동안 부모로부터 경험한 정서학대 수준을 측정하며, 문항 예시로는 ‘내가 특별히 잘못된 일도 없는데, 부모님은 나에게 짜증을 내거나 화풀이를 한다’등으로 이루어져 있다(고성혜, 1992). 원 척도에서의 내적 합치도는 .97로 보고되었으며, 본 연구에서는 .96으로 나타났다.

거부민감성 척도

거부민감성 수준을 측정하기 위해 박명진과

양난미(2017)가 개발 및 타당화 된 대학생 거부민감성 척도를 사용하였다. 본 척도는 총 16 문항이며, 예기분노(예, 결국 나를 떠날 것이라 생각되면 짜증이 나거나 화가 난다.), 예기불안(예, 배신당하거나 버려질까 봐 걱정되거나 불안하다.), 과잉반응(예, 거부당했다고 생각되면 다시는 제안하지 않을 것이다.), 거부로 지각(내 말에 귀 기울여 주지 않는다면 거부당했다는 생각을 할 것이다.)으로 4가지 하위요인으로 구성되어 있다(박명진, 양난미, 2017). 본 척도는 5점 Likert 척도이며, ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점까지 평정되어 점수가 높을수록 거부민감성이 높은 것을 의미한다. 박명진과 양난미(2017)의 연구에서 전체 내적 합치도는 .91, 하위 영역 신뢰도는 거부지각 .80, 과잉반응 .83, 예기불안 .82, 예기분노 .88로 보고되었으며, 본 연구에서는 전체 내적 합치도가 .97, 거부지각 .89, 과잉반응 .89, 예기불안 .88, 예기분노 .94로 나타났다.

자기자비 척도

자기자비 수준을 측정하기 위해 Neff(2003b)가 개발한 자기자비 척도(Self-Compassion Scale [SCS])를 김경의 등(2008)이 한국어로 번안 및 타당화한 한국판 자기자비 척도를 사용하였다. 본 척도는 자기친절, 보편적 인간성, 마음챙김, 자기판단, 고립, 과잉 동일시의 6가지 하위요인으로 이루어져 있으며, 총 26문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 자기자비의 긍정적 요인에 해당되는 자기친절(예, 내 성격 중에서 마음에 들지 않는 부분에 대해 이해하고 견디어내려고 한다.), 보편적 인간성(예, 나는 내가 겪은 실패들에 대해서 사람이라면 누구나 겪을 수 있는 일로 보려고 노력한다.), 마음챙김

(예, 나는 뭔가 고통스러운 일이 생기면, 그 상황에 대해 균형 잡힌 시각을 가지려고 노력한다.)을 측정하는 3가지 하위요인(김경의 외, 2008) 13개 문항을 사용하였다. 이는 본 연구가 긍정적 자기자비를 초점을 두고 있으며, Neff(2003b)가 긍정적 및 부정적 하위요인을 단순한 연속선상의 반대 개념이 아닌 독립적인 구성요소로 해석할 것을 제안한 이론적 배경에 근거하였다. 본 척도는 5점 Likert 척도로, ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’가 5점으로 평정되며, 점수가 높을수록 자기자비 수준이 높은 것을 의미한다. 내적 합치도는 원 척도에서는 .92, 김경의 등(2008)의 연구의 전체 내적 합치도는 .87로 보고되었으며, 하위요인 별 신뢰도는 자기친절 .81, 보편적 인간성 .73, 마음챙김 .76, 본 연구에서는 전체 내적 합치도 .94, 자기친절 .88 보편적 인간성 .79, 마음챙김 .85로 나타났다.

SNS 중독경향성 척도

SNS 중독경향성을 측정하기 위해 정소영과 김종남(2014)이 개발한 SNS 중독경향성 척도를 사용하였다. 본 척도는 총 24문항이며, 조절실패 및 일상생활 장애(예, SNS 사용 시간을 줄이지 못해 후회한 적이 있다.), 몰입 및 내성(길을 건너거나 다른 사람들과 대화 중에서도 끊임없이 SNS를 한다.), 부정 정서의 회피(초조함 또는 불안감을 줄이기 위해 SNS를 한다.), 가상세계 지행성 및 금단(SNS를 하는 동안만큼은 내 자신이 인정을 받는다고 느낀다.)의 총 4가지 하위요인으로 구성되어 있다(정소영, 김종남, 2014). 본 척도는 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 4점으로 평정하는 Likert 척도로 이루어져 있으며, 9번 문항은 역채점 문항이다. 정소영과 김종남(2014)의 연구

에서 내적 합치도는 .92, 하위척도는 가상세계 지향성 및 금단이 .77, 부정 정서의 회피가 .81, 몰입 및 내성이 .80, 조절실패 및 일상생활 장애가 .84로 보고되었으며, 본 연구에서는 전체 내적 합치도가 .97, 가상세계 지향성 및 금단은 .90, 부정 정서의 회피 .90, 몰입 및 내성 .92, 조절실패·일상생활 장애 .90으로 나타났다.

자료 분석

본 연구에서는 SPSS 30.0와 PROCESS Macro를 활용하여 데이터를 분석하였다. 구체적인 분석 방법은 다음과 같다. 첫째, 연구 대상자의 인구통계학적 특성을 파악하기 위해 빈도 분석을 실시하였다. 둘째, 참가자들의 정서학대, 거부민감성, SNS 중독경향성, 자기자비에 대한 신뢰도 분석을 실시한 후, Cronbach's α 계수를 산출하였다. 셋째, Pearson 적률상관분석을 수행하여 정서학대, 거부민감성, SNS 중독경향성, 자기자비 간의 관계를 확인하였다. 넷째, 정서학대가 거부민감성을 경유하여 SNS 중독경향성에 미치는 매개효과를 검증하기 위해 PROCESS Macro 4번 모형을 통해 거부민감성의 매개효과를 확인하였다. 다섯째, PROCESS Macro 1번 모형을 통해 정서학대가 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 조절하는지를 살펴보았다. 마지막으로 정서학대와 SNS 중독경향성 간의 관계에 대한 거부민감성의 매개효과가 자기자비에 의해 조절되는지를 검증하였다. 이를 위해 PROCESS 14번 모형을 통해 조절된 매개효과를 분석하였다. 모든 PROCESS Macro 분석에는 부트스트래핑(bootstrapping)을 적용하였으며, 샘플 수는 10,000번 반복 추출을 기준으로 하여 신뢰구간

(95% CI)을 산출함으로써 간접효과 및 상호작용 효과의 통계적 유의성을 검토하였다(Shrout & Bolger, 2002).

결 과

주요 변인 간 기술통계 및 상관분석

본 연구에서 주요 변인들의 기술통계와 상관분석 결과를 표 1에 제시하였다. 수집된 자료의 정규성 가정이 충족되는지를 확인하기 위하여 왜도와 첨도를 분석한 결과, 각 변인의 왜도 2 미만, 첨도 7 미만으로 정규성 가정에 충족하는 것으로 나타났다(Curran et al., 1996). 상관분석 결과, 각각 변인들 간의 관계는 모두 유의한 상관을 나타냈다. 구체적으로 정서학대는 거부민감성과 SNS 중독경향성 두 변인에 대해 정적 상관을 보고하였고, 거부민감성도 SNS 중독경향성과 정적 상관을 나타냈다. 반면, 자기자비는 정서학대, 거부민감성, SNS 중독경향성 각 변인들과 부적 상관을 보였다.

정서학대와 SNS 중독경향성 관계에서 거부민감성의 매개효과

정서학대와 SNS 중독경향성 간의 관계에서 거부민감성의 매개효과(연구가설 1)를 검증하기 위해 Hayes와 Rockwood(2017)가 제시한 PROCESS Macro Model 4를 사용하여 분석하여 표 2와 표 3에 제시하였다. 그 결과 정서학대가 거부민감성에 미치는 영향이 정적으로 유의하게 나타나($B=.974, p<.001$) 정서학대가 높을수록 거부민감성이 증가함을 알 수 있었다.

표 1. 변인들의 기술통계 및 상관분석

		1	2	3	4
1.	정서학대	1			
2.	거부민감성	.50**	1		
3.	SNS 중독경향성	.32**	.69**	1	
4.	자기자비	-.62**	-.55**	-.28**	1
	최소값	1.00	1.00	1.00	1.15
	최대값	3.67	4.75	3.92	5.00
	평균	1.50	2.60	2.36	3.65
	표준편차	.57	1.09	.77	.84
	왜도	1.56	.030	.01	-.48
	첨도	1.86	-1.40	-.77	-.08

주. ** $p < .01$

표 2. 정서학대와 SNS 중독경향성의 관계에서 거부민감성의 매개효과

변인	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	95% 신뢰구간(CI)	
				<i>LLCI</i>	<i>ULCI</i>
매개변인 모형(종속변인: 거부민감성)					
정서학대	.974	.108	9.050***	.762	1.185
종속변인 모형(종속변인: SNS 중독경향성)					
정서학대	-.050	.074	-.672	-.195	.096
거부민감성	.496	.038	12.967***	.421	.572

주. *** $p < .001$

표 3. 거부민감성의 간접효과 유의성 검증

구분	<i>Effect</i>	<i>BootSE</i>	<i>BootLLCI</i>	<i>BootULCI</i>
직접효과	-.050	.074	-.195	.096
간접효과	.483	.052	.385	.587
총효과	.355	.034	.289	.420

또한 거부민감성은 SNS 중독경향성에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 ($B=.496, p<.001$) 거부민감성이 높을수록 SNS 중독경향성 수준이 높아지는 것을 알 수 있었다. 한편, 정서학대와 SNS 중독경향성의 총효과 ($B=.355, CI [.289, .420]$) 정적으로 유의하였지만 직접효과는 유의하지 않은 것으로 나타나 ($B=-.050, CI [-.195, .096]$) 완전 매개효과가 확인되었다(표 3). 마지막으로, 거부민감성의 간접효과 유의성을 검증하기 위한 부트스트래핑(bootstrapping) 결과, 95% 신뢰구간의 하한값과 상한값 사이에 0이 포함되지 않아 ($B=.483, CI [.385, .587]$), 매개효과의 유의성이 확인되었다. 이로써 정서학대가 거부민감성을 거쳐 SNS 중독경향성을 증가시키는 매개효과가 유의함을 확인할 수 있으며, 연구가설 1이 지지되었다.

거부민감성과 SNS 중독경향성의 관계에서 자기자비의 조절효과

거부민감성과 SNS 중독경향성 간의 관계가 자기자비 수준에 따라 조절되는지(연구가설 2)

에 대해 알아보기 위해 PROCESS macro model 1(Hayes & Rockwood, 2017)을 사용해 분석을 실시하였다. 이 과정에서 다중 공선성의 문제를 해결하기 위해 상호작용항을 생성할 때 독립변수와 조절변수를 평균 중심화하여 결과를 표 4에 제시했다. 분석 결과, 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향이 정적으로 유의하였으며($B=.558, CI [.480, .635]$), 자기자비 역시 SNS 중독경향성에 유의한 정적 영향을 보였다($B=.168, CI [.066, .270]$). 또한 거부민감성과 자기자비의 상호작용항은 유의한 부적 효과를 나타냈다($B=-.099, CI [-.170, -.028]$). 이는 자기자비가 거부민감성과 SNS 중독경향성 간의 관계를 유의하게 조절함을 의미하며, 상호작용에 따른 설명력(R^2)의 변화량은 유의하게 증가하였다($\Delta R^2=.016, p<.01$).

다음으로 자기자비의 조절효과를 구체적으로 살펴보기 위해 자기자비 수준별로 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향에 대한 단순 기울기 검증(Simple slope test)을 실시하여 표 5에 제시하였다. 그 결과, 자기자비 수준이 낮은 집단($M - 1SD$)에서는 거부민감성이 증가할 때 SNS 중독경향성이 .641 수준이

표 4. 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향에서 자기자비의 조절효과

변인	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	95% 신뢰구간(CI)	
				<i>LLCI</i>	<i>ULCI</i>
종속변인: SNS 중독경향성					
거부민감성	.558	.039	14.190***	.480	.635
자기자비	.168	.052	3.234**	.066	.270
거부민감성×자기자비	-.099	.036	-2.750**	-.170	-.028
상호작용에 따른	ΔR^2			<i>F</i>	
R^2 증가	.016			7.56	

주. ** $p < .01$, *** $p < .001$

표 5. 자기자비 수준에 따라 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향의 단순기울기 검증

자기자비 수준	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	<i>Boot LLCI</i>	<i>Boot ULCI</i>
<i>M</i> - 1 <i>SD</i> (-.844)	.641	.054	11.903***	.535	.748
<i>M</i> (.000)	.558	.039	14.190***	.480	.635
<i>M</i> + 1 <i>SD</i> (.844)	.474	.045	10.480***	.385	.563

주. *** $p < .001$

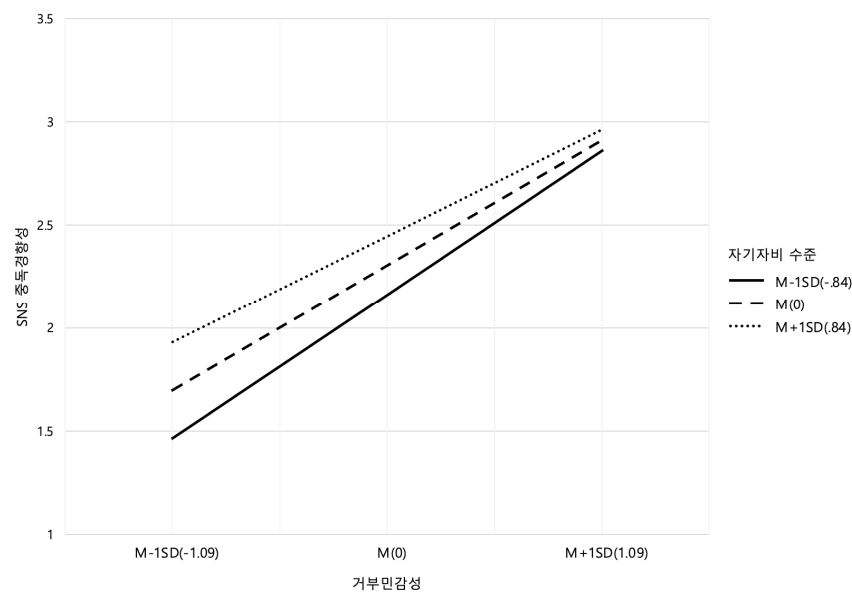


그림 1. 거부민감성과 SNS 중독경향성 간 관계에서 자기자비 조절효과 기울기

었으며, 평균 집단(*M*)은 .558, 자기자비가 높은 집단(*M* + 1*SD*)은 .474로 나타났다. 즉, 자기자비 수준이 높아질수록 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향이 줄어드는 것을 의미한다. 또한, 모든 수준에서 하한값과 상한값 사이에 0을 포함하지 않으므로 SNS 중독경향성에 유의한 정적 영향을 미쳤다. 이러한 결과를 시각적으로 제시한 그림 1을 보면, 자기자비 수준에 따라 거부민감성과 SNS 중독경향성 간의 관계 기울기가 달라지는 것을 확인할 수 있다. 구체적으로, 자기자비 수준

이 낮을수록 기울기가 가장 가파르며, 이는 자기자비 수준이 낮을 때 거부민감성이 증가할수록 SNS 중독경향성이 급격히 높아짐을 의미한다. 반면, 자기자비 수준이 높을수록 기울기가 완만해지며, 이는 자기자비 수준이 높을 때 거부민감성이 높아지더라도 SNS 중독경향성 증가폭이 상대적으로 적음을 보여준다. 즉, 자기자비는 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 정적 영향을 완화하는 조절변인으로 작용함을 의미한다. 이로써 거부민감성과 SNS 중독경향성 간의 관계에서 자기

자비의 조절효과가 있을 것이라는 연구가설 2가 지지되었다.

정서학대가 SNS 중독경향성에 미치는 영향에서 자기자비의 조절된 매개효과

정서학과와 SNS 중독경향성 관계에서 거부민감성의 매개효과를 자기자비가 조절하는지(연구가설 3)를 분석하기 위해 SPSS PROCESS macro model 14(Hayes & Rockwood, 2017)를 이용하여 분석하여 그 결과를 표 6에 제시하였다. 그 결과 정서학대는 거부민감성에 정적으로 유의하였다($B=.974$, CI [.762, 1.185]). 반면, 정서학대가 SNS 중독경향성에 미치는 영향은

유의하지 않았다. 또한 자기자비는 SNS 중독경향성에 단독으로 미치는 영향은 정적으로 유의하였으나($B=.163$, CI [.051, .276]), 거부민감성과 자기자비의 상호작용은 부적으로 유의한 영향을 나타냈다($B=-.101$, CI [-.176, -.027]). 이는 정서학과와 SNS 중독경향성에서 거부민감성의 매개효과가 자기자비에 의해 부적으로 조절되고 있음을 의미한다. 즉, 자기자비 수준이 높아질수록 정서학대가 거부민감성을 거쳐 SNS 중독경향성에 미치는 매개효과 크기가 감소하는 것이다. 다음으로, 자기자비의 조건값에 따른 간접효과의 계수 및 통계적 유의성을 분석하여 표 7에 제시하였다. 그 결과 자기자비가 평균에 비해 1 표준편차 작거나($M -$

표 6. 정서학대가 SNS 중독경향성에 미치는 영향에서 자기자비의 조절된 매개효과

변인	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	95% 신뢰구간(CI)	
				<i>LLCI</i>	<i>ULCI</i>
종속변인: 거부민감성					
정서학대	.974	.108	9.050***	.762	1.185
종속변인: SNS 중독경향성					
정서학대	-.016	.086	-.187	-.184	.153
거부민감성	.560	.041	13.566***	.479	.641
자기자비	.163	.057	2.857**	.051	.276
거부민감성×자기자비	-.101	.038	-2.685**	-.176	-.027

주. ** $p < .01$, *** $p < .001$

표 7. 정서학대가 거부민감성을 매개로 SNS 중독경향성에 미치는 영향에서 자기자비의 수준에 따른 조건부 간접효과

자기자비 수준	<i>Effect</i>	<i>BootSE</i>	<i>BootLLCI</i>	<i>BootULCI</i>
$M-1SD(-.844)$.645	.058	.531	.760
$M(.000)$.560	.041	.479	.641
$M+1SD(.844)$.474	.045	.385	.564

표 8. 조절된 매개효과 유의성 검증

조절된 매개지수(index)	<i>Boot SE</i>	<i>Boot LLCI</i>	<i>Boot ULCI</i>
-.099	.047	-.193	-.005

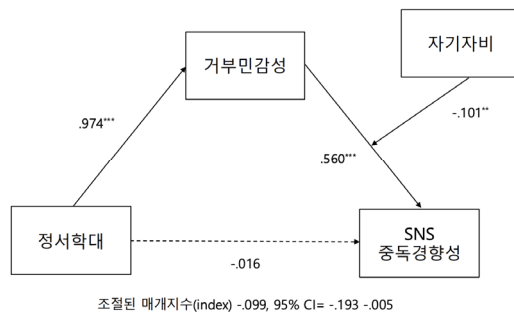


그림 2. 연구모형

1SD), 평균(M)일 때, 또한 평균 보다 1 표준편차 클 때(M + 1SD) 모두 조건부 간접효과와 신뢰구간이 0을 포함하지 않아 통계적으로 유의하다는 것을 확인하였다. 마지막으로 조절된 매개효과 분석 결과의 유의성 검증을 위해 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하여 분석 결과를 표 8에 제시하였다. 그 결과, 조절된 매개지수는 -.099로 나타났으며 신뢰구간 내에 0을 포함하지 않아 자기자비의 조절된 매개효과는 유의한 것으로 나타났다. 이는 정서학대가 거부민감성을 매개로 SNS 중독경향성에 미치는 영향에서 자기자비의 조절된 매개효과가 유의하다는 것을 뜻하여 연구가설 3을 지지한다. 앞서 제시한 조절효과(연구가설 2)는 거부민감성과 SNS 중독경향성 간의 관계 강도가 자기자비 수준에 따라 변하는 것을 의미한다면, 조절된 매개효과(연구가설 3)는 정서학대에서 거부민감성을 거쳐 SNS 중독경향성으로 이어지는 간접경로의 영향력이 자기자비 수준에 따라 달라지는 것을 의미한다.

논 의

본 연구는 대학생을 대상으로 정서학대와 SNS 중독경향성 간의 관계에서 거부민감성의 매개효과와 자기자비의 조절효과를 확인하였다. 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 정서학대와 SNS 중독경향성의 관계에서 거부민감성의 완전 매개효과가 유의하였다. 이는 정서학대가 SNS 중독경향성에 직접적인 영향을 미치기보다는, 거부민감성을 경유하여 간접적으로 영향을 미친다는 것을 의미한다. 구체적으로, 정서학대 경험 수준이 높을수록 타인의 반응에 과도하게 예민하게 반응하고 거절 가능성을 확대 해석하는 경향이 강해진다. 이로 인해 대면관계보다 통제 가능하고 익명성이 보장되는 SNS 환경을 선호하게 되어, 결과적으로 SNS에 대한 의존성이 강화될 수 있다. 본 연구 결과는 Feldman과 Downey (1994)가 제시한 사회인지-정서 통합 이론으로 해석할 수 있다. 이 이론에 따르면, 생애 초기 중요한 타인으로부터의 거절 경험은 이후 대인관계 전반에서의 정보처리 방식과 정서 반응 경향성에 지속적인 영향을 미친다. 즉, 정서학대를 경험한 개인은 타인의 반응을 거절로 예측·해석하는 경향과 거부에 대한 높은 불안을 지니게 되며, 이러한 불안을 회피하기 위한 전략으로 SNS를 과도하게 사용할 가능성이 있다. 이는 단순히 정서학대가 곧바로 부적응적 행동으로 이어지는 것이 아니라, 심리내적인 정서 반응 경향성인 거부민감성이라는

매개변수를 통해 SNS 중독경향성으로 연결된다는 점에서, 정서학대의 영향이 내면화된 정서처리 기제를 통해 간접적으로 발현된다는 중요한 시사점을 제공한다. 따라서 향후 상담 장면에서도 정서학대 경험자의 정서 반응 특성, 특히 거부민감성에 대한 개입이 중재 전략으로서 필요함을 시사한다. 거부민감성에 대한 치료적 개입으로는 Ayduk 등(2000)이 제시한 전략적 자기조절(Strategic Self-Regulation) 접근이 제시된다. 이 방법은 타인의 거부를 경험하는 상황에서, 주의를 감정적 반응을 강하게 유발하는 단서(hot features)에서 중립적이고 자극을 완화시키는 단서(cool features)로 전환하는 인지적 재평가를 통해 충동적 반응을 억제하여, 거부민감성이 초래하는 부정적 영향을 완화하는 것을 목표로 한다. 이에 따라 향후 상담 및 중재에서는 인지적 재평가 전략을 포함한 프로그램을 구성하여, 거부민감성에 취약한 개인이 대인관계에서 위협적 자극을 보다 유연하게 해석하고 부적응적 행동을 감소시키도록 돕는 것이 필요하다. 더불어, 한국 사회에서는 부모의 정서적 통제가 정당한 훈육으로 간주되어 정서학대가 정상화되는 경향이 있으며(김태영 외, 2022), 정서학대에 대한 사회적 인식 수준 또한 낮은 것으로 보고되고 있다(하정선, 김용숙, 2019). 이처럼 정서학대가 문화적으로 정당화되거나 간과되는 상황은 피해자의 고통이 적절히 표현되거나 인식되지 못하게 하며, 상담 개입의 필요성 또한 축소될 우려가 있다. 따라서 상담자는 내담자의 개인적 고통뿐만 아니라, 이를 둘러싼 사회문화적 억압에 대해 인식하고, 이를 변화시키기 위한 옹호적 개입의 실천이 요구된다(최가희, 2018).

둘째, 거부민감성과 SNS 중독경향성 간의

관계에서 자기자비의 조절효과를 검증한 결과, 자기자비는 두 변인 간의 관계를 유의미하게 부적으로 조절하는 것으로 나타났다. 구체적으로, 자기자비가 높은 집단은 낮은 집단과 달리 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향이 상대적으로 낮았으며, 이는 자기자비가 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 완충하는 보호요인으로 작용할 수 있음을 의미한다. 이러한 결과는 자기자비가 부정적 정서 반응이나 심리적 고통을 줄이는데 효과적이라는 선행연구들(Inwood & Ferrari, 2018; Neff & McGehee, 2010)과 맥을 같이하며, 자기자비가 심리적 자원으로써 개인의 스트레스 대처 능력과 정서적 회복력을 높여준다는 점에서 설명될 수 있다. 즉, 거부민감성이 높은 개인일지라도 자기자비가 높다면 거절에 대한 과도한 불안이나 민감한 반응을 나타내더라도 보다 유연하고 수용적인 방식으로 받아들이게 되며, 그로 인해 SNS 중독경향성으로 이어지는 부적응적 행동을 줄일 수 있다. 이는 Fredrickson(1998)의 확장-구축 이론에 따라 자기자비와 같은 긍정적 심리 자원이 인지적 확장과 정서적 안정감을 제공하여 부정 정서로 인한 회피적 행동을 감소시킨다는 설명과도 일치한다. 또한 자기자비는 자신에 대한 비판적 인식을 줄이고, 실패나 부정적 경험을 보편적인 인간 경험으로 인식하게 하여, 스트레스를 보다 객관적으로 처리하도록 돕는다(Neff, 2003a). 결과적으로 자기자비는 거부민감성이 유발하는 대인 스트레스를 완충하고, 그로 인한 SNS 중독경향성을 낮추는 데 효과적인 심리적 자원으로 작용할 수 있음을 본 연구는 시사한다. 따라서 향후 중재나 상담 장면에서 자기자비를 증진시키는 전략이 정서학대의 후유증을 완화하고, SNS 중독과 같은 문

제행동을 예방하는 데 중요한 개입 요소가 될 수 있을 것이다.

셋째, 정서학대와 SNS 중독경향성 간의 관계에서 거부민감성의 매개효과가 자기자비에 의해 조절되는지를 분석한 결과, 조절된 매개효과가 유의하게 나타났다. 구체적으로, 자기자비는 정서학대가 거부민감성을 거쳐 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 유의미하게 완충하였으며, 자기자비 수준이 높을수록 이러한 경로의 영향력이 점차 약화되는 경향을 보였다. 이는 자기자비가 낮거나 중간 수준일 때는 거부민감성이 SNS 중독경향성에 강한 영향을 미치고, 높은 자기자비를 가진 집단에서도 여전히 유의한 영향을 미치긴 하지만 그 영향력이 감소한다는 점에서 자기자비가 완충 요인으로 작용할 수 있음을 시사한다. 이와 같은 결과는 자기자비가 개인이 경험하는 부정적 정서 반응을 수용하고 조절하는 내적 자원으로 기능한다는 이론적 배경(Germer & Neff, 2013; Neff, 2003a)과도 일치한다. 즉, 정서학대를 경험한 개인이 거부민감성을 통해 SNS에 과도하게 몰입하려는 경향을 보일 수 있으나, 이 과정에서 자기자비가 높은 개인은 자기비난이나 부정적 반응에 휘둘리지 않고 이를 보다 유연하게 받아들이며 정서적 균형을 유지할 수 있다. 이로 인해 거부민감성이 SNS 중독경향성으로 이어지는 부정적 경로가 약화되는 것이다. 특히 본 연구에서는 자기자비의 수준과 관계없이 거부민감성이 SNS 중독경향성에 유의한 영향을 미친다는 점에서, 자기자비가 이 관계를 전적으로 차단하기보다는 그 영향력을 완화하는 정도의 조절 기능을 수행한다는 점에 주목할 필요가 있다. 따라서 자기자비는 정서학대의 부정적 결과를 완전히 제거하기보다는 그로 인한 감정 반응의 파급력을 줄이는

심리적 완충 장치로 해석될 수 있으며, 향후 자기자비를 증진시키는 개입이 정서학대의 부작용 감소에 기여할 수 있음을 시사한다. 이를 바탕으로, 상담 장면에서 자기자비를 촉진하기 위한 구체적 개입 방안을 모색하는 것이 중요하다. 자기자비를 증진시키기 위한 대표적인 치료적 개입으로는, Germer와 Neff(2013)가 개발한 마음챙김 자기자비 프로그램(Mindful Self-Compassion [MSC])이 있다. MSC 프로그램은 자기자비의 긍정적 요소인 자기친절, 보편적 인간성, 마음챙김을 바탕으로 한 8주 과정의 훈련으로, 자기비난 감소, 정서적 균형 회복, 대인 스트레스 완화에 효과적인 것으로 보고되었다. 따라서 향후 상담 및 중재에서는 앞서 설명한 것처럼 자기자비를 촉진하는 훈련을 포함한 프로그램을 구성함으로써, 거부민감성에 취약한 개인들이 정서적 고통을 보다 유연하게 처리하고 부적응적 행동을 감소시키도록 돕는 접근이 요구된다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 정서학대가 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 설명함에 있어, 거부민감성의 매개효과와 자기자비의 조절된 매개효과를 확인하여 정서학대와 SNS 중독경향성 간의 관계에 대한 통합적 틀을 제시하였다는 점에서 의의가 있다. 최근 SNS 중독과 관련한 연구는 단순한 사용량보다 심리·정서적 요인과의 연관성에 주목하는 방향으로 확대되고 있으나(Andreassen, 2015; Nadkarni & Hofmann, 2012), 아동기 역경 경험에 해당되는 정서학대의 영향을 구체적인 경로를 통해 밝힌 연구는 매우 드물다. 이에 본 연구는 정서학대가 SNS 중독경향성에 미치는 영향에 대한 거부민감성의 간접효과를 검증하였을 뿐만 아니라, 이러한 경로에 자기자비가 조절변인으로 작용함을 확

인함으로써 기존 연구에서의 확장성을 가진다. 특히 정서학대가 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 과정에서 개인의 심리적 취약성인 거부민감성과 내적 자원인 자기자비가 어떻게 상호작용하는지 확인함으로써, 정서학대를 경험한 개인이 거부민감성을 통해 SNS 중독경향성으로 이어지는 경로에서 자기자비 증진이 SNS 중독에 대한 심리적 개입 전략으로 활용될 수 있는 가능성을 제시하였다. 또한, 향후 SNS 중독 예방 및 개입 프로그램 개발에 있어 개인차를 고려한 개입의 필요성을 뒷받침하는 이론적 근거로 활용할 수 있을 것이다.

둘째, 본 연구는 정서학대 경험을 지닌 개인의 상담 및 심리치료 개입에서 활용 가능한 실질적 기초자료를 제공하였다는 점에서도 의의가 있다. 기존 연구들이 우울, 불안, 충동성, 정서조절곤란 등 심리 요인들과 SNS 중독의 관련성을 분석해 왔으나(김태곤, 이수진, 2018; 정세은, 연규진, 2023; Lewin et al., 2023; Marino et al., 2023), 정서학대와 같은 발달 초기 외상이 어떻게 심리적으로 SNS에 대한 과의존으로 이어지는가에 대한 설명은 부족했다. 본 연구는 거부민감성의 매개 효과와 자기자비의 보호 역할을 실증적으로 제시함으로써, 향후 아동기 정서적 외상을 지닌 내담자에 대한 중재 전략 수립에 기초자료를 제공할 수 있다.

셋째, 자기자비와 같은 긍정 정서 조절 요인에 관한 교육 및 심리 프로그램 개발의 기초자료를 제공했다는 점에서도 본 연구는 의의가 있다. 긍정 정서가 개인의 사고와 행동을 확장시키고 심리적 자원 축적을 돕는다는 점에서, 본 연구는 이러한 이론적 틀(Fredrickson, 1998)을 실제 정서적 외상 경험에 적용하여 자기자비의 조절효과를 실증적으로

확인하였다. 특히 자기자비는 자신에 대한 수용적 태도와 정서적 균형을 유지하게 하며, 스트레스나 부정 정서 상황에서도 유연하게 대처할 수 있도록 돕는 심리적 보호요인으로 작용한다(Neff, 2003a; Germer & Neff, 2013). 본 연구에서는 자기자비가 정서학대 경험 이후 나타나는 거부민감성과 SNS 중독경향성 간의 관계를 유의미하게 조절하는 것을 확인하였으며, 자기자비 수준이 높을수록 그 영향이 완화되는 경향이 나타났다. 이는 정서적 외상 경험 이후에도 자기자비를 증진하는 개입을 통해 SNS 사용의 부정적 경향성을 낮출 수 있음을 시사한다. 정서학대와 SNS 중독경향성 간의 관계에 대한 국내 연구가 아직 초기 단계에 있는 상황에서, 본 연구는 자기자비라는 긍정 정서 기반의 조절 요인을 확인하였다는 점에서 의의가 있으며, 추후 심리치료나 예방 교육 프로그램 개발을 위한 기초자료로 활용될 수 있다.

마지막으로 본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 온라인 설문조사를 통해 자료를 수집하였다는 점에서 표집 방식에 한계가 있다. 온라인 설문 방식은 연구 참여자의 인구통계학적 특성이나 대학 재학 여부를 명확하게 확인하기 어렵고, 자기보고식 방식에 따라 응답의 신뢰성 또한 일부 저하될 수 있다. 이에 따라 후속 연구에서는 신뢰도 높은 자료 확보를 위해 대면 설문조사나 질적 면담을 병행하는 방식이 요구된다.

둘째, 본 연구는 온라인 커뮤니티를 통해 자료를 수집하였다는 점에서 SNS를 포함한 온라인 플랫폼에 대한 접근성과 활용도가 높은 집단이 과대 표집 되었을 가능성이 있다. 이에 따라 후속 연구에서는 보다 다양한 모집

경로를 활용하거나 무작위 표집을 통해 대표성 있는 표본 구성이 필요하다.

셋째, 본 연구는 SNS 중독경향성을 종속변인으로 설정하고 그에 영향을 미치는 심리적 요인을 확인하였으나, SNS 사용 동기나 구체적인 사용 유형(예, 정보 탐색, 관계 유지, 자기표현 등)과 SNS 종류(예, Instagram, Facebook, Threads 등)에 따른 차이는 고려하지 못했다. SNS 중독경향성은 다양한 사용 맥락에서 상이한 심리적 기제에 의해 영향을 받을 수 있으므로, 향후 연구에서는 SNS 사용의 질적 측면을 함께 고려하여 다양한 사용자 유형에 대한 심층적 분석이 요구된다.

마지막으로, 본 연구는 횡단적 설계로 단일 시점에서 데이터를 수집한 것이기 때문에, 정서학대, 거부민감성, 자기자비, SNS 중독경향성 간의 인과관계를 명확히 파악하는 데는 제한이 있다. 변수 간의 관계는 통계적으로 유의하였지만, 시간적 선후 관계나 실제 영향력을 확정하기는 어렵다. 이에 따라 후속 연구에서는 종단연구나 실험 설계를 활용하여 인과관계를 보다 명확히 검증할 필요가 있다.

참고문헌

- 강민주, 신재은, 현명호 (2025). 거부민감성과 역기능적 분노표현의 관계: 자기자비로 조절된 내면화된 수치심의 매개효과. *한국심리학회지: 건강*, 30(2), 343-359.
- 강지영, 심혜원 (2021). 여대생의 거부민감성과 SNS 중독경향성의 관계: 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략의 매개효과. *한국심리학회지: 여성*, 26(4), 277-296.
- 고성혜 (1992). *아동학대 개념규정 및 아동학대에 대한 모·자녀의 지각성향*. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 김경의, 이금단, 조용래, 채숙희, 이우경 (2008). 한국판 자기-자비 척도의 타당화 연구: 대학생들을 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 13(4), 1023-1044.
- 김기숙, 김영근 (2020). 고등학생의 초기부적응도식과 SNS 중독경향성의 관계: 거부민감성과 외로움의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 32(2), 949-969.
- 김보경, 백용매, 허창구 (2016). 애착과 스마트폰 및 SNS 중독의 관계에서 대인관계 문제의 매개효과. *청소년학연구*, 23(3), 483-502.
- 김선미, 서경현 (2015). 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간의 관계: 경험회피의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 20(3), 587-603.
- 김유영, 이희경 (2020). 거부민감성과 역기능적 분노표현의 관계에서 자기자비의 조절효과. *청소년학연구*, 27(6), 251-274.
- 김태곤, 이수진 (2018). 대학생의 자기불일치와 우울이 SNS 중독경향성에 미치는 영향: 인지적 정서조절전략의 조절된 매개효과. *한국심리학회지: 학교*, 15(3), 511-535.
- 김태영, 윤재희, 김선희 (2022). 영유아 및 초등학생 부모 변인에 따른 부정적 양육태도 차이: 아동학대 및 체벌 인식을 중심으로. *구성주의유아교육연구*, 9(2), 43-65.
- 남현지, 하은혜 (2022). 대학생의 아동기 대인외상 경험이 SNS 중독경향성에 미치는 영향 - 불안정 성인애착과 소외에 대한 두려움의 순차매개 효과. *한국아동복지학*, 71(4), 63-91.

- 문원희, 서수균 (2023). 청년기 이전 유형별 학대 경험이 대학생의 사회적 위축에 미치는 영향: 거부민감성과 정서조절곤란의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 35(3), 1213-1238.
- 박명진, 양난미 (2017). 대학생 거부민감성척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 29(1), 103-127.
- 박승혜, 이승연 (2019). 성별에 따른 대학생의 완벽주의적 자기제시 성향, 사회불안, SNS 중독경향성의 관계: 대인관계 지향성의 조절된 매개효과. *한국심리학회지: 발달*, 32(1), 105-126.
- 박지수, 서영석 (2018). 대학생의 성인애착과 SNS 중독경향성의 관계: 기본 심리욕구 만족과 소외에 대한 두려움의 역할. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 30(4), 1239-1269.
- 배라영, 최지영 (2018). 정서적 학대가 관계적 공격성에 미치는 영향: 친구관계 문제, 거부민감성, 사회불안, 분노반추의 매개효과: 친구관계 문제, 거부민감성, 사회불안, 분노반추의 매개효과. *교육심리연구*, 32(1), 29-52.
- 변은실, 이주영 (2016). 정서적 학대가 아동의 외현적 및 관계적 공격성에 미치는 영향: 성별에 따른 거부민감성의 매개 효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 28(4), 1125-1149.
- 보건복지부 (2023). 2023년 아동학대 주요통계. https://www.mohw.go.kr/board.es?mid=a10411010100&bid=0019&act=view&list_no=1482961&tag=&nPage=1
- 유현옥, 홍혜영 (2015). 중학생의 또래애착과 SNS 중독경향성의 관계에서 자존감과 자존감 안정성의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 27(4), 977-999.
- 윤혜지, 차유성, 이은영, 김영근 (2024). 대학생의 자아존중감이 우울에 미치는 영향: SNS 중독경향성의 매개효과와 재확인추구의 조절된 매개효과. *복지상담교육연구*, 13(2), 227-252.
- 이선경, 김정규 (2019). 불안정성인애착과 SNS 중독경향성의 관계-거부민감성의 매개효과. *정서·행동장애연구*, 35(3), 317-334.
- 이소연, 김아린, 김현아, 장소연, 정기윤, 최민정, 김민선 (2024). 대학생들의 소외에 대한 두려움과 관계만족의 관계에서 사회불안, SNS 중독경향성, 퍼빙의 매개효과: 퍼빙모델을 바탕으로. *한국심리학회지: 학교*, 21(2), 175-201.
- 이영은, 박현주, 허창구 (2016). 내현적·외현적 자기에와 SNS 중독경향성: 대인관계문제의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 사회및성격*, 30(1), 63-80.
- 장병준, 이주은, 이재연 (2024). 대학생의 거부민감성이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향. *학습자중심교과교육연구*, 24(15), 675-689.
- 정세은, 연규진 (2023). 시간관이 SNS 중독경향성에 미치는 영향: 불안과 경험회피의 순차매개효과. *상담학연구*, 24(1), 23-49.
- 정소영, 김종남 (2014). 개관논문: 대학생용 SNS 중독경향성 척도개발 및 타당화 연구. *한국심리학회지: 건강*, 19(1), 147-166.
- 차소연, 이성규, 성혜연 (2024). 대학생의 자기비난과 비자살적 자해경험의 관계에서 SNS 중독경향성의 매개효과. *청소년복지연구*, 26(4), 27-49.
- 최가희 (2018). 사회정의와 상담심리의 역할.

- 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 30(2), 249-271.
- 최유민 (2022). 완벽주의적 자기제시가 SNS중독경향성에 미치는 영향: 대인관계문제와 자기자비의 조절된 매개효과. 인천대학교 대학원 석사학위 논문.
- 하수홍, 장문선 (2013). 정서적 학대 경험과 경계선 성격특성 간의 관련성에서 거절민감성, 사회적지지의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 25(4), 833-852.
- 하정선, 김용숙 (2019). 아동학대에 대한 학부모와 유아교사의 인식 차이. 한국산학기술학회논문지, 20(4), 189-196.
- 하정은, 김경미 (2023). 대학생의 완벽주의적 자기제시가 SNS 중독경향성에 미치는 영향: 외로움을 통한 사회적 지지의 조절된 매개효과. 상담학연구, 24(5), 1-26.
- 한국지능정보사회진흥원 (2024). 2024 인터넷 이용 실태조사 통계표.
https://www.nia.or.kr/site/nia_kor/ex/bbs/View.do?sessionId=CD2BC203E629B2350A2168B99E1C1E80.e384d3c48b1006361371?cbIdx=99870&bcIdx=27870&parentSeq=27870
- 홍구표 (2017). 대학생의 SNS 중독경향성과 대인관계문제 간의 관계: 사회적 지지의 조절효과를 중심으로. 한국보건사회연구, 37(1), 34-67.
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175-184.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469.
- Ayduk, O., Mendoza-Denton, R., Mischel, W., Downey, G., Peake, P. K., & Rodriguez, M. (2000). Regulating the interpersonal self: strategic self-regulation for coping with rejection sensitivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(5), 776.
- Balcerowska, J. M., & Sawicki, A. J. (2022). Which aspects of narcissism are related to Social Networking Sites addiction? The role of self-enhancement and self-protection. *Personality and Individual Differences*, 190, 111530.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Bernstein, D. P., Stein, J. A., Newcomb, M. D., Walker, E., Pogge, D., Ahluvalia, T., Stokes, J., Handelsman, L., Medrano, M., Desmond, D., & Zule, W. (2003). Development and validation of a brief screening version of the Childhood Trauma Questionnaire. *Child Abuse & Neglect*, 27(2), 169-190.
- Błachnio, A., Przepiorka, A., & Pantic, I. (2016). Association between Facebook addiction, self-esteem and life satisfaction: A cross-sectional study. *Computers in Human Behavior*, 55(Part B), 701-705.
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16.
- D'Arienzo, M. C., Boursier, V., & Griffiths, M. D. (2019). Addiction to social media and attachment styles: a systematic literature review. *International Journal of Mental Health*

- and *Addiction*, 17(4), 1094-1118.
- Demircioğlu, Z. I., & Göncü-Köse, A. (2023). Antecedents of problematic social media use and cyberbullying among adolescents: attachment, the dark triad and rejection sensitivity. *Current Psychology*, 42(35), 31091-31109.
- Downey, G., Mougios, V., Ayduk, O., London, B. E., & Shoda, Y. (2004). Rejection sensitivity and the defensive motivational system: Insights from the startle response to rejection cues. *Psychological Science*, 15(10), 668-673.
- Dvir, Y., Ford, J. D., Hill, M., & Frazier, J. A. (2014). Childhood maltreatment, emotional dysregulation, and psychiatric comorbidities. *Harvard Review of Psychiatry*, 22(3), 149-161.
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C., & Hall, B. J. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of Affective Disorders*, 207, 251-259.
- Elkin, N., Mohammed Ashraf, A. K., Kılınçel, O., Kılınçel, Ş., Ranganathan, M., Sakarya, A. K., & Soydan, A. M. (2025). Screens and scars: SEM analysis of the relationship between childhood trauma, emotion regulation, and social media addiction. *Frontiers in Psychology*, 16, 1502968.
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook “friends:” Social capital and college students’ use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12(4), 1143-1168.
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A. G. (2009). Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41(4), 1149-1160.
- Feldman, S., & Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior. *Development and Psychopathology*, 6(1), 231-247.
- Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., & Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 14(4), 245-258.
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 2(3), 300-319.
- Germer, C. K., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion in clinical practice. *Journal of Clinical Psychology*, 69(8), 856-867.
- Glaser, D. (2011). How to deal with emotional abuse and neglect-Further development of a conceptual framework (FRAMEA). *Child Abuse & Neglect*, 35(10), 866-875.
- Gori, A., Topino, E., & Griffiths, M. D. (2023). The associations between attachment, self-esteem, fear of missing out, daily time expenditure, and problematic social media use: A path analysis model. *Addictive Behaviors*, 141, 107633.
- Hayes, A. F., & Rockwood, N. J. (2017). Regression-based statistical mediation and

- moderation analysis in clinical research: Observations, recommendations, and implementation. *Behaviour Research and Therapy*, 98, 39-57.
- Inwood, E., & Ferrari, M. (2018). Mechanisms of change in the relationship between self-compassion, emotion regulation, and mental health: A systematic review. *Applied Psychology: Health and Well Being*, 10(2), 215-235.
- Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in Human Behavior*, 31, 351-354.
- Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2019). Problematic Instagram use: The role of perceived feeling of presence and escapism. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(4), 909-921.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction-a review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528-3552.
- Lewin, K. M., Kaur, A., & Meshi, D. (2023). Problematic social media use and impulsivity. *Current Addiction Reports*, 10(3), 553-562.
- Marino, C., Manari, T., Vieno, A., Imperato, C., Spada, M. M., Franceschini, C., & Musetti, A. (2023). Problematic social networking sites use and online social anxiety: The role of attachment, emotion dysregulation and motives. *Addictive Behaviors*, 138, 107572.
- Musetti, A., Starcevic, V., Boursier, V., Corsano, P., Billieux, J., & Schimmenti, A. (2021). Childhood emotional abuse and problematic social networking sites use in a sample of Italian adolescents: The mediating role of deficiencies in self other differentiation and uncertain reflective functioning. *Journal of Clinical Psychology*, 77(7), 1666-1684.
- Nadkarni, A., & Hofmann, S. G. (2012). Why do people use Facebook? *Personality and Individual Differences*, 52(3), 243-249.
- Neff, K. (2003a). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101.
- Neff, K. D. (2003b). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250.
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225-240.
- Neff, K. D., Rude, S. S., & Kirkpatrick, K. L. (2007). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of Research in Personality*, 41(4), 908-916.
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self compassion versus global self esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of Personality*, 77(1), 23-50.
- Ning, W., & Inan, F. A. (2024). Impact of social media addiction on college students' academic performance: an interdisciplinary perspective. *Journal of Research on Technology in Education*, 56(5), 616-631.

- Pempek, T. A., Yermolayeva, Y. A., & Calvert, S. L. (2009). College students' social networking experiences on Facebook. *Journal of Applied Developmental Psychology, 30*(3), 227-238.
- Peng, J., Liu, Y., Wang, X., Yi, Z., Xu, L., & Zhang, F. (2025). Physical and emotional abuse with internet addiction and anxiety as a mediator and physical activity as a moderator. *Scientific Reports, 15*(1), 2305.
- Poole, J. C., Dobson, K. S., & Pusch, D. (2017). Anxiety among adults with a history of childhood adversity: Psychological resilience moderates the indirect effect of emotion dysregulation. *Journal of Affective Disorders, 217*, 144-152.
- Ran, G., Zhang, Q., Zhang, Q., Li, J., & Chen, J. (2023). The association between child abuse and aggressive behavior: A three-level meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse, 24*(5), 3461-3475.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry, 57*(3), 316-331.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations. *Psychological Methods, 7*(4), 422.
- Van den Eijnden, R. J., Meerkerk, G.-J., Vermulst, A. A., Spijkerman, R., & Engels, R. C. (2008). Online communication, compulsive Internet use, and psychosocial well-being among adolescents: a longitudinal study. *Developmental Psychology, 44*(3), 655.
- Wei, P. (2024). The effect of self-compassion on social media addiction among college students-the mediating role of gratitude: an observational study. *Medicine, 103*(21), e37775.
- Wei, P.-c., & Yu, H.-q. (2024). The relationship between childhood psychological abuse and social media addiction among college students: the mediating role of fear of missing out and the moderating role of left-behind experience. *Archives of Medical Science: AMS, 20*(3), 798.
- Worsley, J. D., McIntyre, J. C., Bentall, R. P., & Corcoran, R. (2018). Childhood maltreatment and problematic social media use: The role of attachment and depression. *Psychiatry Research, 267*, 88-93.
- Zheng, X., Xie, J., Cai, R., Liu, Z., & Xu, L. (2025). Why avoidance? The impact of childhood emotional abuse on social avoidance. *BMC Psychology, 13*(1), 558.

원 고 접 수 일 : 2025. 06. 09

수정원고접수일 : 2025. 07. 28

게 재 결 정 일 : 2025. 08. 25

The Relationship between Childhood Emotional Abuse and SNS Addiction Tendency: The Mediating Role of Rejection Sensitivity Moderated by Self-Compassion

Changin Bae

Myeungchan Kim

Inje University

Graduate student

Professor

This study examined whether rejection sensitivity mediates the relationship between childhood emotional abuse and SNS addiction tendency, and whether this mediating effect is moderated by self-compassion. An online survey was conducted with university students, and the data were analyzed using SPSS 30.0 and the PROCESS Macro. The results indicated that rejection sensitivity fully mediated the relationship between emotional abuse and SNS addiction tendency. Furthermore, self-compassion significantly moderated the effect of rejection sensitivity on SNS addiction tendency. Specifically, individuals who experienced higher levels of emotional abuse reported greater rejection sensitivity, which, in turn, was associated with increased SNS addiction tendency. However, higher levels of self-compassion attenuated this indirect effect, highlighting its buffering role. These findings underscore the importance of both rejection sensitivity and self-compassion in explaining the psychological mechanisms linking emotional abuse to problematic SNS use. Implications for intervention, study limitations, and future research directions are discussed.

Key words : emotional abuse, SNS addiction tendency, rejection sensitivity, self-compassion