

# The Effect of Loneliness on SNS Addiction: Moderating Effect of Interpersonal Relations Orientation and Its Gender Difference

Junghwa Lee Hoyoung Kim<sup>†</sup> Jungsuk Kang

Department of Psychology, Chonbuk National University, Jeonju, Korea

The purpose of this study is twofold: One, to investigate the effects of loneliness on the addiction to Social Network Sites (SNS), and two, to evaluate the moderating effect of interpersonal relations orientation on the relationship between loneliness and SNS addiction. We also examined whether the effect differed between female and male college students. The SNS addiction questionnaire, UCLA Loneliness scale, and Fundamental Interpersonal Relations Orientation-Behavior (FIRO-B) scale were conducted on 295 college students (age  $M = 23.05$ ,  $SD = 2.69$ ; male = 143, female = 152) via an online survey. Based on this data, the effect of loneliness on SNS addiction and the moderating effect of interpersonal relations orientation were analyzed. The result showed that loneliness and interpersonal relations orientation had a significantly positive association with SNS addiction in both male and female students. However, the effect of loneliness on SNS addiction was stronger in males than in females, and the moderating effect of interpersonal relations orientation on the relationship between loneliness and SNS addiction was significant only in female students. The effect of loneliness on SNS addiction was stronger in female SNS users with higher interpersonal relations orientation. These results suggest that lonely people with higher interpersonal relations orientation might be more vulnerable to SNS addiction. Furthermore, the gender difference in this study suggests that different mechanisms may underlie SNS addiction in females and males. Therefore, the relationship between loneliness and interpersonal relations orientation, as well as gender difference, should be considered in efforts to minimize SNS addiction.

**Keywords:** SNS addiction, loneliness, interpersonal relations orientation, gender difference

모바일 기기와 초고속 통신망의 보급으로 소셜 네트워크 사이트 (Social Networking Site, SNS) 이용이 쉬워지면서 SNS의 사용률도 크게 증가하고 있다. 최근 전 세계적으로 인기 있는 SNS로는 페이스북, 트위터, 인스타그램 등이 있으며, 계속해서 새로운 SNS 플랫폼들이 만들어지고 있다. Kim(2015)에 따르면 2011년에 16.8%이었던 SNS 이용률은 2013년 31.3%, 2015년 43.1%로 조사되어 이용자 수가 계속 늘어나고 있음을 알 수 있다. 또한 Nas Media(2016) 조사 보고서에서 SNS 이용자의 70%는 하루 4회 이상 접속하는 것으로

나타났고, 하루 10회 이상 접속자의 비율도 38%로 매우 높게 나타났다. SNS 플랫폼마다 제공하는 기능이 다양하여 SNS를 간단히 정의하기는 쉽지 않으며, 학자마다 SNS를 여러 가지 방식으로 정의하고 있다. Boyd와 Ellison(2008)은 SNS를 어떤 한정된 시스템 내에서 개인이 공개적 혹은 반공개적(semi-public) 프로필을 구성하고, 각자 자신과 연결된 이용자 명단을 공개하고 이들을 서로 이어 줌으로써 연결을 확장해 갈 수 있는 웹 기반 서비스라고 정의하였다. SNS 플랫폼은 텍스트, 이미지, 오디오 업로드를 지원하고 다른 사람들과 신속하게 소통할 수 있도록 해줌으로써 친화욕구를 충족시켜줄 수 있다. SNS 이용 동기에 대한 국내 조사들에서 SNS 이용자의 70% 이상이 인맥관리 및 대인관계 유지를 목적으로 SNS를 이용한다고 보고하였다(DMCReport, 2010; Lee & Sung, 2013). SNS는 사회적 교류와 대인관계 유지에 있어 시간적, 공간적 제약이 적어 편리함을 제공한다. 하지만 SNS는 이용자들이 현실의 일상생

<sup>†</sup>Correspondence to Hoyoung Kim, Department of Psychology, Chonbuk National University, 567 Baekje-daero, Deokjin-gu, Jeonju, Korea; E-mail: hykimpsy@jbnu.ac.kr

Received Jan 21, 2017; Revised Mar 29, 2017; Accepted Apr 12, 2017

This work was supported by Janghoon Social Survey Association. This manuscript is a condensed form of the first author's master's thesis from Chonbuk National University.

활보다는 SNS라는 가상공간에 더 몰입하게 함으로써 여러 부작용을 낳을 수 있으며, 특히 정신건강에 대한 부정적 영향이 우려되고 있다(Pantic, 2014; Toseeb & Inkster, 2015).

SNS, 인터넷 사용, 게임, 성 행동과 같은 어떤 활동에 과도하게 몰두하는 것을 중독(addiction)이라고 할 수 있는가는 행위 중독(behavioral addiction) 분야의 오랜 논쟁이다. Griffiths(2010a)는 어떤 활동을 과도하게 한다고 해서 반드시 중독이라고는 할 수 없지만, 중독의 여섯 가지 특성-즉, 현저성(Salience), 기분 조절(mood modification), 내성(tolerance), 금단 증상(withdrawal syndrome), 갈등(conflict), 재발(relapse)-을 만족시킨다면 행위 중독으로 정의할 수 있다고 주장하였다. 행위 중독의 여섯 가지 특성들을 SNS 중독의 관점에서 살펴보자면(Griffiths, Kuss, & Demetrovics, 2014), 먼저 현저성은 SNS 사용이 개인의 일상생활에서 가장 중요한 활동이 되어 개인의 사고, 감정, 행동을 지배하게 되는 것을 말한다. 기분 조절은 SNS를 이용함으로써 각성된 기분, 불쾌한 상태에서부터 벗어나거나 무감각해지는 기분을 느끼게 되는 것으로, 부정적 심리상태에 대한 대처 전략으로서 SNS 이용에 몰두하게 하는 특성이다. 내성은 SNS를 이용하면 할수록 기분 조절에 필요한 SNS 이용 시간이 증가하는 현상으로, 내성이 생기면 SNS 이용시간이 점점 많아지게 된다. 금단 증상은 SNS를 사용할 수 없는 상황에서 경험하게 되는 불쾌한 감정이나 신체적 상태(예를 들어 떨림, 우울감, 짜증스러움 등)이다. 갈등은 SNS 사용에 지나치게 많은 시간을 할애함으로써 주변 사람과 갈등을 겪게 되거나 다른 활동에 지장이 초래되는 것이다. 마지막으로, 재발은 일정 기간 SNS 사용을 통제했다가도 금세 원래대로 과도한 SNS 사용이 반복되는 경향이다. 즉, SNS 이용양상에서 이러한 특성이 나타난다면 SNS 중독이라 할 수 있다는 것이다. 한편, Jung(2014)은 SNS 중독이 최근 연구되기 시작한 주제로 아직 ‘중독’으로 개념이 정립되지 않았다는 점을 들어, ‘중독’ 대신 ‘중독 경향성’이란 용어를 사용할 것을 제안하였고, 조절 실패 및 일상생활 장애, 몰입 및 내성, 부정 정서의 회피, 가상세계 지향성 및 금단의 4개 하위요인으로 구성된 대학생용 SNS 중독 경향성 척도를 개발하였다(Jung & Kim, 2014). 이 척도의 하위 요인들을 앞서 소개한 Griffiths의 중독의 6가지 조건(현저성, 기분 조절, 내성, 금단증상, 갈등, 재발)과 비교하자면, 조절 실패 및 일상생활 장애 요인은 현저성과 갈등을, 몰입 및 내성 요인은 내성과 재발을, 부정 정서의 회피 요인은 기분 조절을, 가상세계 지향성 및 금단은 금단증상을 반영하는 것으로 보인다. Oh(2012)는 SNS 중독 경향성을 지나친 SNS 사용으로 금단과 내성을 갖게 되고, 스트레스와 우울, 의존, 강박, 집중력 저하 등의 정신적 피로와 신체적 문제를 가져와 개인의 일상생활과 적응에 지장이 초래되는 상태로 정의

하였다.

SNS 중독의 문제점은 여러 문헌들에서 보고되어왔다. Davis와 Cranston(2008)의 조사에서 응답자들은 SNS가 그들의 일상생활과 면대면 사회적 교류를 방해한다고 응답했다. 일반적으로 중독 행위는 일상생활에서의 수행을 방해함으로써 부정적인 영향을 미치는데, SNS 중독 역시 개인이 일상생활에서 다른 활동을 수행하거나 타인과 직접적으로 의사소통할 기회를 빼앗아 부정적인 영향을 가져올 수 있다. 이와 비슷한 맥락으로 Griffiths(2013)는 SNS 중독이 심할수록 SNS에 많은 시간을 투자하여 오프라인에서의 대인관계에 시간과 관심을 덜 기울이게 되고 결과적으로 오프라인에서의 관계가 악화될 수도 있다고 지적한 바 있다. 선행 연구들에 따르면, 과도한 SNS 이용은 다양한 심리적 문제를 일으킬 수 있다. SNS 상에서의 대인관계적 부담은 심리적, 신체적 피로감과 정적인 상관이 있는 것으로 나타났다(Lee, 2016). 또한, 여성 청소년들을 대상으로 한 연구에서, SNS에 자신의 외모 사진을 자주 업로드하는 것과 체중에 대한 불만, 마름에 대한 욕구, 자기 대상화와 정적인 상관관계를 보여주기도 했다(Meier & Grey, 2014). SNS 과다 사용이 우울, 불안 등 정신건강 문제와 관련된다는 보고들도 있다. 국내에서 이루어진 Oh(2011)의 연구에서는 SNS 중독 경향성이 우울과 정적인 상관을 보였고, 하루에 2시간이 넘는 SNS 이용이 낮은 정신건강 보고, 높은 심리적 스트레스, 자살 사고와 정적인 상관이 있다는 보고도 있다(Sampasa-Kanyinga, 2015). SNS 중독은 인터넷 중독과 공통적으로 우울, 불안, 내현적 자기애와 정적 상관을 보였고, SNS 중독 문제를 보이는 이들은 인터넷 중독을 보이는 이들만큼이나 우울을 높게 보고하였다(Kim, 2015). 청소년 연구에서는 SNS 이용시간이 많을수록 충동성과 우울이 유의하게 높은 것으로 보고되기도 하였다(Lee & Jun, 2015). 이처럼 SNS 중독과 잘못된 이용 행태는 심각한 정신적 문제들을 유발할 수 있기 때문에 SNS 중독을 예방하기 위해서 그에 선행하는 위험요인들을 탐색할 필요가 있다.

SNS는 대인 간 소통과 대인관계 유지에 초점을 맞춘 매체로서, 현실에서의 사회적 상호작용이 SNS상 사회적 상호작용에도 반영된다는 점에서 SNS는 대인관계의 연장선이자 대안적 소통 공간이라고 볼 수 있다(Park, 2013). 선행 연구들에 따르면 특히 현실에서의 대인관계 어려움이 SNS 과다 이용으로 이어질 수 있는 것으로 보인다. 이에 대해 사회적 보상 가설(Valkenburg, 2005)은 현실에서의 사회적 자본에 만족하지 못하거나 대인관계에서 어려움을 겪고 사회 불안을 지닌 사람들이 현실의 사회적 상호작용에서의 불만족을 보상하기 위해 SNS를 더 자주 이용한다고 설명한다. 인터넷과 같은 가상공간은 상황적, 시간적 단서들을 감소시키기 때문에 실생활의 대인관계에서 겪는 어려움을 극복하고 사회적 상호작용을

하는데 도움이 된다는 것이다(McKenna & Bargh, 2000). 많은 연구자들이 SNS를 이용하게 하는 요인으로 외로움, 대인관계 불만족감, 낮은 사회적 지지, 사회불안 등 실생활에서의 대인관계 문제를 주장하고 있는데(Kim, 2014; Lee et al., 2015; Seo et al., 2015), 이 역시 사회보상가설과 일맥상통한다. 실제로 내향적인 성격이나 사회불안 등으로 현실에서의 사회적 상호작용에서 어려움을 겪는 사람들이수록 SNS 과다 이용에 취약한 것으로 보고되고 있다(Lim, 2014).

대인관계에 대한 주관적 불만족감을 나타내는 외로움은 SNS 중독의 위험요인으로 고려되는 대표적인 요인이다. 외로움의 사전적 정의는 ‘홀로되어 쓸쓸한 마음이나 느낌’인데, 외로움은 개인의 사회적 관계가 어떤 면에서 충족되지 않음을 지각하는 내적 상태이다(Heinrich & Gullone, 2006). 외로움은 사회적 관계의 수나 사회 접촉 빈도와 같은 양적이고 객관적인 특성의 영향을 받기도 하지만 관계 만족감이나 지각된 사회적 수용 등 주관적인 질적 평가에 더 많은 영향을 받는다(Asher & Paquette, 2003). 대인관계를 형성하는 자신의 능력에 대한 평가, 즉 사회적 자기효능감이 낮을수록 외로움을 더 많이 느끼는 것으로 나타났다(Galanaki, 1999; Jones & Carver, 1991). 여러 연구들에서 외로움이 클수록 SNS 중독에 더 취약한 것으로 보고하고 있다(Kim, & Cha, 2015; Oh, 2011; Seo et al., 2015). 이는 외로움에 대한 일종의 대처행동으로서 SNS 이용에 몰두하는 것으로 이해해 볼 수 있다. Xu와 Tan(2012)은 SNS를 외로움, 우울, 스트레스를 경감시키는 도구로 보게 될 때, 정상적 이용에서 문제적 이용으로 전환된다고 제안한 바 있다.

한편 대인관계 지향성 역시 SNS 과몰입과 관련될 수 있다. Schutz(1966)는 생물학적 욕구와 마찬가지로 모든 개인은 집단에 소속되고자 하는 소속 욕구, 타인에게 영향력을 미치고 통제하려는 통제 욕구, 타인들에게서 친밀한 애정을 얻고자 하는 정서 욕구의 대인관계 형성 욕구를 가지고 있다고 보았으며, 이러한 대인관계 욕구를 통틀어 대인관계 지향성으로 개념화하였다. 대인관계 지향성의 하위 요인 중 정서 욕구와 소속의 욕구는 대인관계와 관련된 주요 성격변인인 외향성과 높은 관련이 있는 것으로 나타났다(Dancer & Wood, 2006). 대학생 집단을 대상으로 한 Kim(2014)의 연구 결과에 의하면 대인관계 지향성이 큰 사람은 안정적이고 긍정적인 대인관계를 중요시 여기며, 대인관계를 좋게 유지하기 위해 많은 시간을 투자할 가능성이 있다. 대인 간 상호작용 활동이라는 SNS 활동의 특성상 대인관계 지향성이 높은 사람들은 SNS 이용도 활발할 가능성이 있는데, 실제로 대인관계 지향성이 높을수록 SNS 몰입 정도 혹은 중독 경향성이 더 높은 것으로 나타났다(Hwang, 2015).

이상에서 소개한 선행 연구들을 종합해보면, 대인관계에서의 불만족은 SNS에 과몰입하게 하는 요인 중 하나로 사회적 상호작용의 질적 측면을 나타내는 외로움(Heinlich & Gullone, 2006)이 클수록 SNS를 지나치게 사용할 가능성이 있다. 한편 대인관계 지향성에 따라 대인 간 소통을 추구하는 활동인 SNS 이용에 투자하는 노력의 정도가 다를 수 있다. 따라서 사회불안이나 외로움 같은 대인관계 문제에 대한 대처행동으로서 SNS 중독을 논할 때, 대인관계 지향성의 차이를 고려해야 한다. 일례로 Lee-Won 등(2015)의 연구에서는 사회적 소속과 친애에 대한 욕구가 클수록 사회불안과 페이스북의 과도한 사용간의 관계가 더 강한 것으로 나타난 바 있다. 즉, 사회적 소속과 친애 욕구가 사회불안과 과도한 페이스북의 사용 간의 관계를 조절하는 것으로 나타났다. 사회적 소속과 친애 욕구, 타인에 대한 통제욕구를 포함하는 대인관계 지향성은 사회적 관계를 형성하고 유지하는 것을 추구하는 특성이라는 점에서, 개인의 대인관계 지향성이 높을수록 외로움에 대한 대처행동으로 현실의 대인관계에서 충족되지 못한 사회적 욕구를 충족시킬 수 있는 대안적인 사회적 상호작용을 보다 적극적으로 찾을 것이다. 따라서 그러한 대안이 될 수 있는 SNS 사용에 지나치게 몰두할 가능성도 클 것이다.

한편 선행연구들에서 SNS 중독과 관련하여 여러 측면에서 성차가 있을 가능성이 시사된다. 먼저 SNS 중독 경향성은 여성이 남성보다 높다는 연구 결과들이 있다(Lim, 2014; Pi, 2013). Acar(2008)은 남성에 비해 여성이 SNS 친구 수에 관계없이 SNS에 더 많은 시간을 할애한다고 보고한 바 있다. Yoon(2014)의 연구에서도 여성이 SNS에 중독될 가능성이 더 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과들과 반대로 남성들이 SNS 중독에 취약할 수 있음을 시사하는 결과들도 보고되고 있다. Lim(2014)의 연구에서는 대인관계의 문제가 SNS 중독에 미치는 영향이 남성에서 더 크게 나타난 바 있고, SNS 이용량도 여성보다 남성이 더 많다는 연구 결과도 있었다(Çam, & Isbulan, 2012; Hong, 2014). 여성과 남성 간의 SNS 이용을 좀 더 세부적으로 비교한 연구도 있다. Son과 Park(2010)의 연구에서는 대인관계 성향과 미니홈피 활동 간의 관계에 성차가 있는 것으로 나타났다는데, 남성의 경우 자아도취적 성향이 낮은 집단이 높은 집단보다 미니홈피 관리를 더 많이 하는 반면, 여성의 경우 자아도취적 성향이 높은 집단이 미니홈피 관리를 더 많이 하는 것으로 나타났다. 이러한 연구 결과들을 종합해볼 때, 성별 간 SNS 중독 경향성에 차이가 있거나, SNS 중독으로 이어지는 기제가 다를 가능성을 생각해볼 수 있다. 특히 Lim(2014)의 연구와 Son과 Park(2010)의 연구에서 여러 변인들이 SNS 이용에 미치는 영향에 성차가 나타난 것을 보았을 때, SNS 이용 동기, SNS 중독 경향성 정도, SNS 중독에

영향을 미치는 요인들에서 성차가 있을 가능성이 시사된다.

SNS 중독에 영향을 미치는 요인들 중 하나인 외로움을 느끼는 정도에도 성차가 보고되고 있지만, 그 방향은 일관되지 않다. 여성들이 남성들보다 외로움을 더 많이 느낀다(Medora & Woodward, 1986)는 보고가 있는가 하면, 남성들이 여성들보다 외로움을 더 높게 보고한다는 연구도 있다(Schmitt & Kurdek, 1985; Wheeler et al., 1983). 외로움의 수준뿐만 아니라 외로움에 대한 대처행동 역시 남녀가 다를 수 있다. Lim(2014)의 연구에서는 남성은 SNS상의 상호작용 수준을 높게 지각할수록 SNS 중독에 빠질 위험이 높는데 비해 여성은 그렇지 않았다. 따라서 외로움에 대한 대처행동으로서 SNS에 몰두하는 정도도 남녀가 다를 가능성이 있다.

본 연구에서는 SNS 사용이 활발한 국내 대학생들을 대상으로 대인관계의 어려움을 반영하는 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향과 그 관계에서 대인관계 지향성의 조절 효과를 탐색하고자 한다. 또한 남녀 집단으로 구분하여 이들 변수 간의 관계 양상이 성별에 따라 다르게 나타나는지 살펴보고자 한다.

## 방 법

### 연구 대상

국내 SNS 이용률이 20대에서 75.6%로 가장 높다는 조사결과(Kim, 2015)와 연구 대상 모집의 편의성을 고려하여, 본 연구는 SNS 이용 경험이 있는 국내 대학생을 대상으로 하였다. 본 연구는 국내 한 온라인 설문조사 기관(<http://www.invight.co.kr>)을 통하여 대학생 301명을 대상으로 자료를 수집하였다. 이 중 5명은 메시지 전송 서비스(예. 카카오톡) 외에 SNS를 이용하지 않는 것으로 파악되어 분석에서 제외하였고, 주요 측정치에서의 결측치가 발생한 1명을 추가로 제외한 후 총 295명(남=143명, 여=152명, 연령  $M=23.0$   $SD=2.69$ )의 자료가 분석에 사용되었다. 본 연구는 전북 대학교 생명윤리심의위원회(Institutional Review Board, IRB)로부터 승인을 받았다(2016-08-04).

### 측정 도구

#### 대학생용 SNS 중독 경향성 척도

이 척도는 Andreassen(2012)의 Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) 18문항과 National Information Society Agency (NIA) (2011)의 '성인 인터넷 중독 자가진단 간략형 척도(KS-A)' 15문항을 바탕으로 Jung과 Kim(2014)이 개발한 대학생용 SNS 중독 경향성 척도이다. 총 24문항의 4점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, ~4=매우 그렇다)로 구성되며, 전체 점수가 높을수록 SNS 중독 경

향성도 높음을 의미한다. 조절 실패 및 일상생활 장애, 몰입 및 내성, 부정 정서의 회피, 가상세계 지향성 및 금단의 총 4개 하위요인으로 구성되어 있다. 본 연구에서 각 하위변인의 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 조절 실패 및 일상생활장애 .89, 몰입 및 내성 .78, 부정 정서의 회피 .85, 가상세계지향성 및 금단 .84이었으며, 전체 신뢰도는 .95이었다.

#### 대인관계 지향성 척도

본 연구에서는 Schutz(1958)가 개발한 대인관계 지향성 척도(Fundamental Interpersonal Relations Orientation-Behavior, FIRO-B)를 Yum(2004)이 반복되는 문항을 줄여서 수정한 척도를 사용하였다. 본 척도는 역채점 문항(1문항)을 포함하여 총 18문항으로 구성되어 있다. 5점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, ~5=항상 그렇다) 상에서 평정하도록 되어 있으며, 총점이 높을수록 대인관계에 대한 욕구가 높음을 의미한다. 소속욕구, 통제욕구, 정서욕구의 세 가지 욕구 측면에서 각각 표출행동, 기대행동의 두 가지 행동 차원으로 대인관계 욕구를 측정한다. 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .85이었다.

#### 개정판 UCLA 외로움 척도

개정판 UCLA 외로움 척도는 Russell 등(1978)이 제작한 UCLA 외로움 척도를 Kim과 Kim(1989)이 변안한 한국판 척도로서, 각 문항에 대해 4점 Likert 척도(1=전혀 느끼지 않음, ~4=자주 느낌)로 평정하도록 되어 있다. 이 척도는 총 20문항으로, 응답자의 반응 편파를 줄이기 위해 자신의 사회적 관계를 긍정적 방향으로 질문한 10문항(1, 4, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20)과 부정적인 방향으로 질문한 10문항(2, 3, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17, 18)으로 구성되어 있다. 점수 분포는 20-80점으로 점수가 높을수록 외로움의 정도가 높다. 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .82로, 양호한 신뢰도를 보였다.

### 자료 분석

본 연구 자료는 SPSS 22.0을 이용하여 분석되었으며, 구체적인 분석절차 및 방법은 다음과 같다. 먼저, 다문항으로 구성된 외로움, 대인관계 지향성, SNS 중독 경향성의 내적 합치도를 확인하기 위해 Cronbach's  $\alpha$ 계수를 산출하였다. 둘째, 주요 변수의 평균, 표준편차 등을 알아보기 위해 기술통계 분석을 실시하고, 변수들 간의 상관분석을 하였다. 셋째, 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향에서 대인관계 지향성의 조절효과를 분석하기 위해 위계적 회귀분석(hierarchical regression analysis)을 하였다. 먼저 전체 집단을 대상으로 위계적 회귀분석을 실시한 후, 외로움이나 대인관계 지향성

과 같은 대인관계 관련 변수와 SNS 중독 경향성 간의 관계에 성차가 존재할 가능성을 고려하여 남녀 집단별로 구분하여 다시 위계적 회귀분석을 하였다.

조절효과 검증을 위한 위계적 회귀분석 절차는 다음과 같다. 우선 상호작용 항을 구성할 때 발생하는 다중공선성 문제를 감소시키기 위해 독립변인인 외로움과 조절변인인 대인관계 지향성을 평균 중심화(mean centering)하였다(Hayes et al 2008). 또한 평균 중심화한 외로움과 대인관계 지향성의 곱으로 상호작용 항을 만들어 SNS 중독 경향성(종속변수)을 예측하기 위한 다중 회귀분석에 투입하였다. 위계적 회귀분석 시, 1단계에서는 대인관계 지향성과 외로움을 투입 하였으며, 2단계에서는 외로움과 대인관계 지향성을 곱한 상호작용 항을 추가 투입하였다. 각 모델에서 전체 모델의 통계적 유의성과 투입변수의 회귀변수의 통계적 유의성을 검증하였고, 추가로 투입한 변수의 유의성을 탐색하기 위해 설명량 변화량( $\Delta R^2$ )의 유의성을 검증하였다. 2단계에서 투입한 상호작용 항의 설명량 변화량( $\Delta R^2$ ) 및 회귀계수가 유의하면 조절효과가 존재한다고 볼 수 있다(Aiken & West, 1991). 남녀 집단별 위계적 회귀분석 시에는 외로움과 대인관계 지향성을 각 집단의 평균으로 평균중심화하였다.

## 결 과

### 주요 변수들 간 상관관계

외로움, 대인관계 지향성, SNS 중독 경향성의 평균과 표준편차는 Table 1에 제시하였으며, 각 변수에서 성별에 따른 차이는 모두 유의하지 않았다,  $p > .219$ . SNS 이용 빈도를 5점 Likert 척도로 측정했을 때(1=하루 여러 번, 2=하루 1회, 3=주 3-4회, 4=주 1-2회, 5=월 1회 이상), SNS 이용 빈도의 성차도 유의하지 않았다,  $t = .54$ ,  $p = .560$ .

**Table 2.** Pearson Correlation Coefficients between Loneliness, Interpersonal Relations Orientation, and SNS Addiction Total and Factor Scores in Male ( $n = 143$ ) and Female ( $n = 152$ ) Groups

|   | 1      | 2      | 3      | 3.1    | 3.2    | 3.3    | 3.4 |
|---|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-----|
| 1. Loneliness                                   | 1      |        |        |        |        |        |     |
| 2. FIRO-B                                       | -.19*  | 1      |        |        |        |        |     |
| 3. SNS Addiction Total                          | .34*** | .36*** | 1      |        |        |        |     |
| 3.1. Control failure/ disturbance of adaptation | .34*** | .33*** | .92*** | 1      |        |        |     |
| 3.2. Avoidance of negative emotion              | .28**  | .25**  | .86*** | .70*** | 1      |        |     |
| 3.3. Virtual life/withdrawal                    | .29*** | .37*** | .91*** | .76*** | .77*** | 1      |     |
| 3.4. Absorption/tolerance                       | .32*** | .35*** | .90*** | .79*** | .68*** | .79*** | 1   |

Note. Pearson correlation coefficients of males lie below the diagonal line, and those of females lie above the diagonal line. FIRO-B = Fundamental Interpersonal Relations Orientation-Behavior.

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

먼저 전체 표본에서 외로움, 대인관계 지향성, SNS 중독 경향성 간의 상관을 살펴보았다. SNS 중독 경향성은 외로움, 대인관계 지향성과 모두 정적 상관을 보였다, 외로움  $r = .27$ ,  $p < .001$ ; 대인관계 지향성  $r = .35$ ,  $p < .001$ . 대인관계 지향성과 외로움은 부적 상관이 유의하였다,  $r = -.17$ ,  $p = .003$ .

다시 성별을 구분하여, 외로움, 대인관계 지향성과 SNS 중독 경향성의 총점 및 하위 요인들 간의 상관을 살펴보았고(Table 2), Fisher의 Z 검정을 통해 두 집단의 상관 정도의 차이를 살펴보았다. 대인관계 지향성은 남녀 모두에서 SNS 중독 경향성과 유의한 정적 상관을 보였으며, SNS 하위 요인들과도 모두 유의한 정적 상관을 보였다. 외로움도 남녀 모두에서 SNS 중독 경향성과 유의한 정적 상관을 보였다, 남  $r = .34$ ,  $p < .001$ ; 여  $r = .19$ ,  $p < .05$ . 하지만 남성은 여성보다 SNS 중독 경향성과 외로움 간의 상관이 더 높은 경향을 보였고,  $z = 1.37$ ,  $p = .085$ , SNS 중독 경향성의 일부 하위요인들과 외로움 간의 상관도 더 크게 나타났다. SNS 조절 실패 및 일상생활 장애요인  $z = 1.81$ ,  $p = .035$ ; SNS 몰입 및 내성요인  $z = 2.14$ ,  $p = .016$ . 남자 대학생 집단에서는 외로움과 SNS 조절 실패 및 일상생활 장애

**Table 1.** Means, Standard Deviations, and Bivariate Correlations of Loneliness, Interpersonal Relations Orientation, and SNS Addiction in College Students ( $N = 295$ )

|               | Loneliness   | FIRO-B       | SNS Addiction |
|---------------|--------------|--------------|---------------|
| Loneliness    | 1            |              |               |
| FIRO-B        | -.17**       | 1            |               |
| SNS Addiction | .27***       | .35***       | 1             |
| All M (SD)    | 37.01 (7.13) | 54.94 (8.51) | 45.14 (13.21) |
| Male M (SD)   | 36.48 (7.06) | 55.24 (8.55) | 44.24 (13.56) |
| Female M (SD) | 37.50 (7.19) | 54.67 (8.49) | 45.99 (12.85) |

Note. FIRO-B = Fundamental Interpersonal Relations Orientation-Behavior.

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

요인( $r = .34, p < .001$ ), SNS 몰입 및 내성요인( $r = .32, p < .001$ )과의 상관성이 유의한데 비해, 여자 대학생 집단에서는 유의하지 않았다. SNS 조절 실패 및 일상생활 장애 요인  $r = .14, p = .096$ ; SNS 몰입 및 내성요인  $r = .08, p = .317$ . 즉, 남성의 경우에만 외로움수록 SNS의 과도한 사용으로 인해 일상생활의 활동이 감소하거나 방해를 받고, SNS에 투자하는 시간과 SNS를 생각하고 이용하는 빈도가 증가하는 경향이 있는 것으로 나타났다. 이에 비해 SNS를 통한 부정적 정서회피, 가상세계 지향성 및 금단은 남녀 모두에서 비슷한 수준으로 외로움과 유의한 정적 상관을 보였다. 외로움과 대인관계 지향성은 남성 집단에서는 통계적으로 유의한 수준의 부적상관을 보였고,  $r = -.19, p = .024$ , 여성에서는 부적 상관의 경향성만 나타났다,  $r = -.16, p = .053$ . 하지만 그 상관정도의 차이는 미미하였다,  $z = 0.26, p = .396$ .

### 외로움과 SNS중독 경향성 간의 관계에서 대인관계 지향성의 조절효과

외로움과 대인관계 지향성이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향을 살펴보고, 외로움과 SNS 중독 경향성과의 관계를 대인관계 지향성이 조절하는지 조절효과를 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다(Table 3).

모델 1에서 대인관계 지향성과 외로움은 모두 SNS 중독 경향성에 유의한 영향을 미쳤으며, 대인관계 지향성이 높을수록, 외로움수록 SNS 중독 경향성이 높은 것으로 나타났다. 대인관계 지향성  $t = 7.91, p < .001$ ; 외로움  $t = 6.55, p < .001$ . 대인관계 지향성과 외로움은 SNS 중독 경향성 총 분산의 24%를 설명하였다,  $F = 45.10, p < .001$ . 모델 2에서 외로움과 대인관계 지향성의 상호작용 항을 추가로 투입한 결과, 상호작용이 통계적으로 유의하였으며,  $t = 2.44, p = .015$ , SNS 중독 경향성 총 분산의 2%를 추가로 설명하였다,  $\Delta$

$F = 5.93, p = .015$ . 즉, 대인관계 지향성은 외로움과 SNS 중독 경향성 간의 관계를 조절하는 것으로 나타났다. 이는 개인의 대인관계 지향성 수준에 따라 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향이 다를 것을 의미하며, 상호작용 항의 회귀계수가 양의 값으로 대인관계 지향성이 클수록 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향이 더 커지는 것으로 나타났다. 각 변인의 다중공선성을 살펴보기 위해 분산팽창요인(Variance Inflation Factor, VIF)을 확인하였는데, 일반적으로 VIF가 10 이하인 경우 다중공선성의 문제가 없다고 해석할 수 있다(Jang & Kim, 2005). VIF 계수는 모두 2 이하로 다중공선성 문제는 없는 것으로 확인되었다.

### 여자 대학생들의 외로움과 SNS중독 경향성 관계에서 대인관계 지향성의 조절효과( $n=152$ )

외로움과 대인관계 지향성이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향을 살펴보고, 외로움과 SNS 중독 경향성과의 관계에서 대인관계 지향성의 조절효과가 남녀에서 다른 양상으로 나타나는 지 탐색하기 위하여 성별을 구분하여 전체 집단에서와 동일한 절차로 위계적 회귀분석을 실시하였다.

먼저 여자 대학생 집단 결과를 살펴보면(Table 4), 모델 1에서 대인관계 지향성( $t = 5.17, p < .001$ )과 외로움( $t = 3.36, p = .001$ )은 모두 SNS 중독 경향성에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 대인관계 지향성과 외로움은 SNS 중독 경향성 총 분산의 18%를 설명하였고,  $F = 16.68, p < .001$ , 대인관계 지향성( $r^2 = .14$ )과 외로움( $r^2 = .06$ )은 각각 총 분산의 14%와 6%를 고유하게 설명( $r^2$ )하는 것으로 나타났다. 모델 2에서 외로움과 대인관계 지향성의 상호작용 항을 투입하였을 때, 상호작용 항은 통계적으로 유의하였으며,  $t = 2.26, p = .025$ , SNS 중독 경향성 총 분산의 3%를 추가로 설명하였다,  $\Delta F = 5.12, p = .025$ . 즉, 여자 대학생 집단의 경우 전체집단에

**Table 3.** Hierarchical Multiple Regression on SNS Addiction of All Participants ( $N = 295$ )

| Step | Predictors                 | B       | SE  | $\beta$ | $R^2$ | F        |
|------|----------------------------|---------|-----|---------|-------|----------|
| 1    | (Constant)                 | (45.15) | .68 |         | .24   | 45.10*** |
|      | FIRO-B                     | .55     | .08 | .41***  |       |          |
|      | Loneliness                 | .63     | .10 | .34***  |       |          |
| 2    | (Constant)                 | (45.39) | .68 |         | .25   | 32.55*** |
|      | FIRO-B                     | .63     | .08 | .40***  |       |          |
|      | Loneliness                 | .59     | .10 | .32***  |       |          |
|      | FIRO-B $\times$ Loneliness | .02     | .01 | .13*    |       |          |

Note. Dependent variable is SNS Addiction score. FIRO-B = Fundamental Interpersonal Relations Orientation-Behavior.

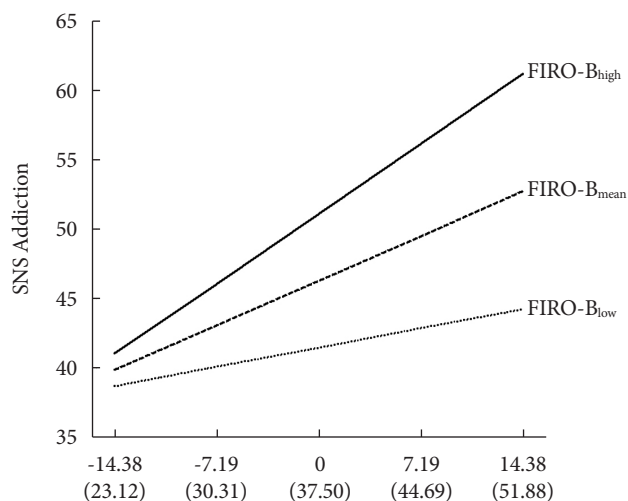
\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

**Table 4.** Hierarchical Multiple Regression on SNS Addiction of Female College Students ( $n = 152$ )

| Step | Predictors                 | B       | SE  | $\beta$ | $R^2$ | F        |
|------|----------------------------|---------|-----|---------|-------|----------|
| 1    | (Constant)                 | (45.99) | .98 |         | .18   | 16.68*** |
|      | FIRO-B                     | .59     | .11 | .39***  |       |          |
|      | Loneliness                 | .45     | .13 | .25**   |       |          |
| 2    | (Constant)                 | (46.28) | .95 |         | .21   | 13.13*** |
|      | FIRO-B                     | .57     | .11 | .37**   |       |          |
|      | Loneliness                 | .45     | .13 | .25***  |       |          |
|      | FIRO-B $\times$ Loneliness | .03     | .01 | .17*    |       |          |

Note. Dependent variable is SNS Addiction score. FIRO-B = Fundamental Interpersonal Relations Orientation-Behavior.

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



**Figure 1.** Interpersonal relations orientation as the moderator of the relationship between loneliness and SNS addiction in female college students ( $n = 152$ ).

Note. FIRO-B = Fundamental Interpersonal Relations Orientation-Behavior. FIRO-B<sub>high</sub> =  $M + 1SD$ ; FIRO-B<sub>low</sub> =  $M - 1SD$ .

서와 마찬가지로 외로움과 대인관계 지향성이 SNS 중독 경향성에 정적인 영향을 미쳤으며, 대인관계 지향성이 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향을 조절하는 것으로 나타났다. 각 변인의 VIF 계수는 모두 2 이하로 다중공선성 문제는 없는 것으로 확인되었다.

여자 대학생 집단에서 추정된 회귀식에 대인관계 지향성을 평균, 평균+1표준편차, 평균-1표준편차 값으로 대입했을 때 외로움과 SNS 중독 경향성 간의 회귀식을 각각 구하여 그 관계를 Figure 1에 도시하였다. 전체집단에서와 마찬가지로 여성의 경우, 대인관계 지향성이 클수록 외로움은 SNS 중독 경향성에 더 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

#### 남자 대학생들의 외로움과 SNS 중독 경향성의 관계에서

##### 대인관계 지향성의 조절효과( $n=143$ )

남자 대학생 집단의 경우에는 전체집단이나 여자 대학생 집단의 결과와 다소 다른 양상을 보였다(Table 5). 모델 1에서 대인관계 지향성( $t = 4.62, p < .001$ )과 외로움( $t = 5.93, p < .001$ )은 모두 SNS 중독 경향성에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 두 독립변인은 SNS 중독 경향성 총 분산의 31%를 설명하는 것으로 나타났다,  $\Delta F = 30.80, p < .001$ . 대인관계 지향성( $sr^2 = .19$ )과 외로움( $sr^2 = .17$ )은 각각 SNS 중독 경향성 총 분산의 19%와 17%를 고유하게 설명( $sr^2$ )하는 것으로 나타났다. 모델 2에서 외로움과 대인관계 지향성의 상호작용 항을 투입하였을 때 외로움과 대인관계 지향성의 회귀계수는 여전히 유의한 것으로 나타났으나, 외로움과 대인관계의

**Table 5.** Hierarchical Multiple Regression on SNS Addiction of Male College Students ( $n = 143$ )

| Step | Predictors                 | B       | SE  | $\beta$ | $R^2$ | F        |
|------|----------------------------|---------|-----|---------|-------|----------|
| 1    | (Constant)                 | (44.25) | .96 |         | .31   | 30.80*** |
|      | FIRO-B                     | .70     | .11 | .44***  |       |          |
|      | Loneliness                 | .82     | .14 | .43***  |       |          |
| 2    | (Constant)                 | (44.37) | .96 |         | .31   | 20.69*** |
|      | FIRO-B                     | .70     | .11 | .44***  |       |          |
|      | Loneliness                 | .78     | .15 | .41***  |       |          |
|      | FIRO-B $\times$ Loneliness | .01     | .01 | .06     |       |          |

Note. Dependent variable is SNS Addiction score. FIRO-B = Fundamental Interpersonal Relations Orientation-Behavior.

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

상호작용의 회귀계수는 유의하지 않았고 설명량의 변화량 역시 유의하지 않았다,  $\Delta R^2 = .00, \Delta F = .62, p = .432$ . 각 변인의 VIF 계수는 모두 2 이하로 다중공선성 문제는 없는 것으로 확인되었다.

## 논 의

본 연구에서는 온라인 설문조사를 통해 SNS 이용 경험이 있는 대학생들을 대상으로 외로움과 SNS 중독 경향성 간의 관계를 살피고, 대인관계 지향성이 외로움과 SNS 중독 경향성 간의 관계를 조절하는지를 검증하였다. 이를 위하여 SNS를 이용하는 대학생 295명을 대상으로 외로움과 대인관계 지향성, SNS 중독 경향성을 조사하여 위계적 다중회귀분석을 실시하였다. 그 결과, 전체 집단에서 외로움과 대인관계 지향성은 모두 높을수록 SNS 중독 경향성이 높은 것으로 나타났고, 대인관계 지향성이 외로움과 SNS 중독 경향성 간의 관계를 조절하는 것으로 나타났다. 즉, 대인관계 지향성이 높을수록 외로움과 SNS 중독 경향성 간의 관계가 더 강한 것으로 나타났다. 전체 집단을 대상으로 상관분석을 했을 때, 외로움, 대인관계 지향성, SNS 중독 경향성 각각의 수준에서 성차는 나타나지 않았지만, 이들 변수 간의 관계에는 성차가 있는 것으로 나타났다. SNS 중독 경향성에 대한 대인관계 지향성의 영향은 남녀가 유사하였지만, 외로움의 영향은 남성이 더 크게 나타났다. 특히 남자 대학생들은 외로움수록 SNS에 많은 시간을 보내고 SNS 과몰입으로 인해 일상생활에 지장을 받을 가능성이 있는데 비해, 여성은 그렇지 않은 것으로 나타났다. 또한 성별로 집단을 나누어 조절효과를 분석했을 때, 전체 집단에서 나타났던 외로움과 SNS 중독 경향성 관계에서 대인관계 지향성의 조절효과는 여자 대학생 집단에서 유의했으나, 남자 대학생 집단에서는 유의하지 않았다. 즉, 여성에서는 대인관계 지향성이 높을수록 외로움이 SNS 중독 경향성에

미치는 영향이 큰 것으로 나타났다.

전체 대학생 집단에서 대인관계 지향성은 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향을 조절하였다. 구체적으로 대인관계 지향성이 높을수록 외로움과 같은 대인관계 불만족감이 SNS라는 가상 세계에 몰두하는 행동에 미치는 영향이 더 큰 것으로 나타났다. 다시 말해, 대인관계 형성과 사회적 수용을 더 많이 추구할수록 외로울 때 SNS 중독에 빠지기 쉬운 것으로 보인다. 선행 연구들의 결과(Oh, 2011; Seo et al., 2015)에서처럼 외로움은 SNS 중독의 위험요인으로 확인되었다. 한편 대인관계 지향성 역시 SNS 중독의 위험요인으로 나타났는데, Gross 등(2002)은 사회적 상황을 추구하는 사람일수록 사회적인 교류를 맺을 기회를 더 많이 찾는 경향이 있어 가상공간을 더 이용할 수 있다고 주장한 바 있다. 즉, 대인관계 지향성이 높은 사람들은 오프라인 상 생활에서 나타나는 대인관계 욕구가 온라인 상에서도 표출되어 SNS 중독에 취약해 질 수 있다. 다만 대인관계 지향성과 외로움 간에 약하지만 유의한 부적 상관에서 알 수 있듯이 대인관계 지향성이 높으면 실생활의 사회적 상호작용이 활발하여 외로움은 덜 경험할 가능성이 있다. 하지만 대인관계 지향성의 조절효과에서 알 수 있듯이, 일단 외로움을 경험하면 대인관계 지향성이 높을수록 그에 대한 대처행동으로서 SNS 중독에 빠지는 경향이 더 큰 것으로 보인다. 사회적 보상가설에 따르면 SNS 중독은 현실 세계에서 느끼는 사회적 불만족감과 부적응을 SNS 활동을 통해 보상하고자 하는 동기에서 비롯된다고 볼 수 있는데, 본 연구 결과에 따르면 이는 대인관계 지향성이 높은 이들에게 더 잘 들어맞는 설명이다. 외로움이 SNS 중독의 위험요인은 분명하나, 동일한 수준의 외로움을 느낀다하더라도 대인관계 지향성이 높을수록 대인관계 불만족감을 보상하기 위한 사회적 상호작용을 적극적으로 모색하여 SNS 중독에 더 취약해질 가능성이 있다.

본 연구에서는 외로움과 대인관계 지향성이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향에서 성차가 확인되었다. 외로움과 대인관계 지향성은 남녀 모두에서 SNS 중독 경향성에 정적인 영향을 가지는 것으로 나타났다. 그러나 남성이 외로움의 영향을 훨씬 더 많이 받는 것으로 나타났고, 대인관계 지향성과 외로움의 상호작용은 여성에서만 나타났다. 다시 말해, 대인관계 지향성이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향에는 성차가 없지만 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향에는 성차가 있는 것으로 보인다. 남자 대학생의 경우, 대인관계 지향성 정도와 상관없이 외로움은 SNS 중독 경향성으로 이어질 수 있는 강력한 위험요인으로 나타났다. 이에 비해 여자 대학생들은 대인관계 지향성의 영향에 비해 외로움의 영향이 상대적으로 작고 대인관계 지향성이 높을 때 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향도 커지는 것으로 나타났다. 이는 외로움이라는 부정적

감정에 대한 대처양식에서 성차가 있기 때문일 수 있다. 외로움에 대한 반응으로 남자 대학생들은 SNS 상 상호작용 작용에 의존하는 경향이 더 높은 데 비해, 여자 대학생들은 현실 속 대인관계에서 지지를 추구하는 경향이 더 클 가능성이 있다. 일반적으로 여성들은 남성들보다 사회적 지지에 보다 큰 만족감을 느끼는 경향이 있으며(Allen & Stoltenberg, 1995), 여성은 남성보다 스트레스 대처 방식으로 친구와 함께 있는 등의 사회적 지지를 추구하고(Plencherel & Bolognini, 1995) 정서적 표현을 많이 하는 경향이 있다(Spirito & Williams, 1988). 이러한 성차는 SNS 이용 동기에서도 확인할 수 있었는데, 본 연구에서 수집한 SNS 이용 동기를 살펴보면, 친교와 교제에 대한 동기는 남성이 월등하게 많이 보고하였고(남 44% vs. 여 26%), 여성은 관심사와 일상사를 공유하고자 하는 자기 제시 동기를 더 높게 것으로 보고하였다(남 40% vs. 여 55%). 남성의 경우, 외로움에 대한 대처행동으로 면대면 상호작용보다 SNS 상 상호작용에 몰두하는 면이 있어 외로울 때 SNS 중독으로 이어질 위험이 큰 것으로 시사된다. 상대적으로 여성은 외로울 때 대인관계 불만족감을 보상하고 사회적 지지를 얻기 위해 직접적인 면대면 상호작용을 선호하며, 대인관계 지향성이 높은 경우에는 사회적 상호작용을 추구하는 행동이 면대면 상황에 그치지 않고 SNS 상에서도 나타나 SNS 중독에 취약해 지는 것일 수 있다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 선행 연구들에서처럼 외로움이라는 감정이나 대인관계 지향성을 개별적으로 살펴보는 것만으로는 사회보상가설이 제안하는 사회적 불만족감과 SNS 이용간의 관계를 충분히 이해하기 어렵다. 외로움과 SNS 중독 경향성 간의 관계에 대해서는 이미 여러 연구가 이루어져 왔지만, 대인관계 지향성과 같이 사회적 상호작용을 추구하는 성향에서의 개인차가 고려되지 않았다. 본 연구에서는 대인관계에서의 불만족감을 나타내는 외로움이 SNS 중독에 미치는 영향이 대인관계 지향성의 수준에 따라 다를 수 있음을 경험적으로 확인했다는 데 의의가 있다. 이러한 결과는 SNS 중독에 대한 상담과 심리치료에서 대인관계 지향성 수준이 높을수록 외로움과 같은 대인관계에서의 불만족을 비중 있게 다뤄야 함을 시사한다. 둘째, 본 연구에서는 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향에서 대인관계 지향성이 가지는 조절 효과에서 성차가 나타나는지를 확인하여, 성별에 따라 SNS 중독으로 이어지는 기제가 다를 수 있음을 밝혔다. 이 결과는 성별에 따라 SNS 이용 동기와 몰입하는 정도가 달랐다는 Lim(2014), Hong(2014)의 연구 결과와도 맥락을 같이한다. 이러한 결과들은 성별에 따라 외로움에 대해 선호하는 대처방식이 다르고 외로움이 SNS 중독으로 이어지기까지의 과정이 다를 가능성을 추측해 볼 수 있게 하며, 사회보상가설과 관련한 후속연구에서 성차를 고려

할 필요성을 시사한다. 또한 상담과 치료 장면에서도 성별에 따른 차별적 접근이 필요함을 시사한다. 인터넷 사용행동을 개선하기 위해 외로움에 대처하도록 중재함으로써 인터넷 사용시간을 감소시킨 Ahn과 Lee(2011)의 연구에서처럼 SNS에 대한 과도한 몰입을 호소하는 내담자에게는 외로움에 보다 적응적으로 대처할 수 있는 방안을 제안할 수 있을 것이다. SNS 중독을 보이는 내담자들 중, 특히 남성과 대인관계지향성이 높은 여성들에게 외로움에 대한 중재는 중요한 것이다.

본 연구의 제한점과 이를 보완할 수 있는 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 주로 20대 초중반에 해당하는 대학생들을 대상으로 수행되어, 그 결과를 전체 연령으로 일반화하기에 어려움이 있다. 둘째, 본 연구의 자료는 자기보고식 질문지로 수집되었는데, 자기보고식 질문지의 특성상 설문 응답자들의 방어적인 태도나 사회적 바람직성(Social desirability)에 따라 자료가 편향되었을 가능성이 있다. 셋째, 본 연구는 종단 연구가 아닌 횡단 자료를 이용한 연구로서 변인들 간의 인과관계를 논하는 데 한계점이 존재한다. 본 연구와 여러 선행 연구들에서 가정하고 있는 것처럼 외로움이 SNS 중독의 선행요인일 수도 있지만, Griffiths(2013)가 지적했듯이 SNS 중독이 실제 대인관계에서의 상호작용을 악화시켜 외로움을 심화시킬 가능성도 있다. 혹은 신경증(neuroticism)과 같은 제3의 특성이 외로움과 SNS 중독에 공통취약성으로 작용할 가능성도 배제할 수 없다. 따라서 이러한 한계를 보완하기 위해 좀 더 다양한 연령대를 포함하고, 관찰자 보고나 심층면담, 실제 SNS 이용양상에 대한 경험 표집 방법 등의 다양하고 타당성 높은 방법들을 사용한 후속 연구가 필요할 것이다. 또한 종단연구를 통해 외로움과 SNS 중독 경향성의 변화 추이를 살펴보아야 하며, 대인관계 지향성 이외에 외로움과 SNS 중독에 영향을 미칠 가능성이 있는 다양한 성격 변인의 역할을 탐색해야 한다.

## References

- Acar, A. (2008). Antecedents and consequences of online social networking behavior: *The case of Facebook*. *Journal of Website Promotion*, 3, 62-83.
- Ahn, D. Y., & Lee, H. J. (2011). A preliminary study on the development of group therapy program for managing loneliness. *Cognitive Behavior Therapy in Korea*, 11, 1-15.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage.
- Allen, S. F., & Stoltenberg, C. D. (1995). Psychological separation of older adolescents and young adults from their parents: An investigation of gender differences. *Journal of Counseling and Development*, 73, 542-546.
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2, 175-184.
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale 1, 2. *Psychological Reports*, 110, 501-517.
- Asher, S. R., & Paquette, J. A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science*, 12, 75-78.
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2008). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13, 210-230.
- Çam, E., & Isbulan, O. (2012). A new addiction for teacher candidates: Social networks. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 11, 14-19.
- Clark, D. A., & Steer, R. A. (1996). Empirical status of the cognitive model of anxiety and depression. *Frontiers of cognitive therapy*, 18, 75-96.
- Dancer, L. J., & Woods, S. A. (2006). Higher-order factor structures and intercorrelations of the 16PF5 and FIRO-B. *International Journal of Selection and Assessment*, 14, 385-391.
- Davies, T., & Cranston, P. (2008). *Youth work and social networking: Interim report*. Leicester: National Youth Agency.
- DMC Media. (2010, July 15). *A survey on user's perception of SNS*. DMC Media Report. Retrieved from <http://www.dmcreport.co.kr/content/ReportList.php?type=Media>
- Foddy, W. H. (1984). A critical evaluation of Altman's definition of privacy as a dialectical process. *Journal for the Theory of Social Behavior*, 14, 297-307.
- Galanaki, E. P., & Kalantzi-Azizi, A. (1999). Loneliness and social dissatisfaction: Its relation with children's self-efficacy for peer interaction. *Child Study Journal*, 29, 1.
- Goldberg, I. (1996). *Internet addiction disorder*. Retrieved from: <http://www.psycom.net/iadcriteria.html>
- Griffiths, M. D. (2010a). The role of context in online gaming excess and addiction: Some case study evidence. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8, 119-125.
- Griffiths, M. D. (2010b). Gaming in social networking sites: A growing concern? *World Online Gambling Law Report*, 9, 12-13.
- Griffiths, M. D. (2013). Social networking addiction: Emerging themes and issues. *Journal of Addiction Research and Therapy*, 4, 1-2.
- Griths, M. D., Kuss, D. J., & Demetrovics, Z. (2014). Social networking addiction: An overview of preliminary findings. *Behavioral addictions: Criteria, evidence and treatment*, 119-141.
- Gross, E. F., Juvonen, J., & Gable, S. L. (2002). Internet use and well-being in adolescence. *Journal of Social Issues*, 58, 75-90.
- Hayes, A. F., Glynn, C. Y., & Hugu, M. E. (2008, May). *Cautions in the interpretation of coefficients and hypothesis tests from linear*

- models with interactions. Paper presented at the annual meeting of the International Communication Association, Montreal, Canada.
- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26, 695-718.
- Hong, S. J. (2014). *Study on the effect of SNS users' use motivations and network type on the online civic participation*. (Unpublished master's thesis). University of Sungkyunkwan, Seoul, Korea.
- Hwang, H. E., & Kim, H. S. (2015). Influences of self-esteem, social anxiety and interpersonal relations orientation on the tendency of social network service addiction of middle school students. *Korean Journal of Youth Studies*, 22, 233-253.
- Jang, W. K., & Kim, T. K. (2005). *Understanding and applying data analysis using Korean SPSS 12.0*. Daejeon: Daekyung.
- Jones, W. H., & Carver, M. D. (1991). Adjustment and coping implications of loneliness. *Handbook of Social and Clinical Psychology*, 42, 682-689.
- Jung, S. Y., & Kim, J. N. (2014). Development and validation of SNS Addiction Proneness Scale for college students. *The Korea Journal of Health Psychology*, 19, 147-166.
- Kim, H. S. (2014). The influence of interpersonal relation tendency on SNS commitment among college students: The mediating effect of social anxiety. *Journal of Human Understanding and Counseling*, 35, 11-16.
- Kim, J. H. (2015). *Comparison between SNS addiction proneness and internet addiction on anonymity in online, narcissism, depression, anxiety, and adjustment to college life*. (Unpublished master's thesis). University of Yonsei, Seoul, Korea.
- Kim, K. H. & Kim J. H. (1989). Korea UCLA Loneliness Scale. *Institute of Social Sciences Chungnam National University*, 16, 13-30.
- Kim, K. S., & Cha, H. G. (2016). Factors influencing on SNS addiction tendency of university students. *Indian Journal of Science and Technology*, 9 (43), 1-7.
- Kim, Y. H. (2015). SNS (Social Network Service) use analysis. *KIS-DI STAT REPORT*, 15, 7-12.
- Lee, A. R., Son, S. M., & Kim, K. K. (2016). Information and communication technology overload and social networking service fatigue: A stress perspective. *Computers in Human Behavior*, 55, 51-61.
- Lee, J. E., & Sung, D. K. (2013). A cross-cultural study between Korea and America on the use of social network service and the change of inter-personal relationship: Focusing on self-schemata, self-disclosure and social anxiety. *Journal of Social Science*, 24, 257-28.
- Lee, K. T., Noh, M. J., Kwon, M. O., & Yi, H. U. (2013). A study on the relations among SNS users' loneliness, self-disclosure, social support and life satisfaction. *The Journal of Internet Electronic Commerce Research*, 13, 19-39.
- Lee, S. H. (2013). A study on the policy implication on the addiction of social media service user: Focusing on the proposal of Korean SNS Addiction Index (KSAI). *Journal of Digital Convergence*, 11, 255-265.
- Lee, S. Y., & Jun H. J. (2015). Differences in depression and impulsivity depending on hours spent on SNS among Korean adolescents. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 16, 7607-7616.
- Lee-Won, R. J., Herzog, L., & Park, S. G. (2015). Hooked on Facebook: The role of social anxiety and need for social assurance in problematic use of Facebook. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18, 567-574.
- Lim, M., & Yang, Y. (2015). Effects of users' envy and shame on social comparison that occurs on social network services. *Computers in Human Behavior*, 51, 300-311.
- Lim, M. H. (2014). *Gender differences on the effects of SNS use motivation and perceived interactivity and social anxiety in the SNS addiction proneness of college students*. (Unpublished master's thesis). University of Gunyang, Chungnam, Korea.
- McKenna, K. Y. A., & Bargh, J. A. (2000). Plan 9 from cyberspace: The implications of the internet for personality and social psychology. *Personality and Social Psychology Review*, 4, 57-75.
- Medora, N., & Woodward, J. C. (1986). Loneliness among adolescent college student at a Midwestern University. *Adolescence*, 21, 391-439.
- Meier, E. P., & Gray, J. (2014). Facebook photo activity associated with body image disturbance in adolescent girls. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17, 199-206.
- Min, S. G. (2015). *Modern Psychiatry*. Seoul: Ilchokak.
- Nas Media. (2016). 2016 NPR (Netizen Profile Report). Retrieved from <http://www.digieco.co.kr/>.
- National Information Society Agency (NIA). (2011). *Development of Internet Addiction Scale (3rd) Research*. Retrieved from <http://www.nia.or.kr/>
- Oh, Y. K. (2012). *A study on the influence of SNS addiction tendency on loneliness, depression, interpersonal relationship and social support*. (Unpublished master's thesis). The Graduate School of Korea Counseling University, Seoul, Korea.
- Pantic, I. (2014). Online social networking and mental health. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17, 652-657.
- Park, S. H. (2013). Effects of perceived social capital on relational uses of social network sites (SNSs). *Speech & Communication*, 22, 101-130.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*, 36, 1-20.
- Pi, S. J. (2013). *The difference in SNS addiction possibility, self-esteem and personal relationships according to SNS behavior*. (Unpub-

- lished master's thesis). University of Dankook, Seoul, Korea.
- Planchard, B., & Bolognini, M. (1995). Coping and mental health in early adolescence. *Journal of Adolescence*, 18, 459-474.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290-294.
- Sampasa-Kanyinga, H., & Lewis, R. F. (2015). Frequent use of social networking sites is associated with poor psychological functioning among children and adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18, 380-385.
- Schmitt, P. J., & Kurdek, L. A. (1985). Age and gender differences in and personality correlates of loneliness in different relationships. *Journal of Personality Assessment*, 49, 485-496.
- Schutz, W. C. (1958). *FIRO: A three-dimensional theory of interpersonal behavior* (1st ed.). Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Schutz, W. C. (1966). *FIRO: The interpersonal underworld*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Seo, W. J., Kim, J. H., & Jo, I. S. (2015). The mediating effects of self-efficacy in the relationship between loneliness and social media addiction. *The Korean Journal of Woman Psychology*, 20, 443-458.
- Son, Y. R., & Park, E. A. (2010). The effects of self-disclosure, interpersonal relation dispositions on internet community activity: Focused on Cyworld mini-homepage. *Media, Gender & Culture*, 15, 155-194.
- Spirito, A., Stark, L. J., & Williams, C. (1988). Development of a brief coping checklist for use with pediatric populations. *Journal of Pediatric Psychology*, 13(4), 555-574.
- Toseeb, U., & Inkster, B. (2014). Online social networking sites and mental health research. *Frontiers in Psychiatry*, 6, 36-36.
- Valkenburg, P. M., Schouten, A. P., & Peter, J. (2005). Adolescents' identity experiments on the Internet. *New Media & Society*, 7, 383-402.
- Wheeler, L., Reis, H., & Nezlek, J. B. (1983). Loneliness, social interaction, and sex roles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 943.
- Xu, H., & Tan, B. C. (2012). *Why do I keep checking Facebook: Effects of message characteristics on the formation of social network services addiction*. Retrieved from <http://elibrary.aisnet.org>
- Yoon, M. S., & Park, W. K. (2014). Psycho-social factors influencing to the sns (social network service) addiction tendency among university students. *Journal of Mental Health and Social Work*, 42, 208-236.
- Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: XL. addictive use of the internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 79, 899-902.
- Yum, D. S. (2003). *Research about the maintenance of human relationship throughout instant message*. (Unpublished master's thesis). University of Sogang, Seoul, Korea.

## 국문초록

### 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향: 성별에 따른 대인관계 지향성의 조절 효과

이정화 · 김호영 · 강정석

전북대학교 심리학과

본 연구의 목적은 대학생들을 대상으로 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향을 검증하고, 외로움과 SNS 중독 경향성 간의 관계에서 대인관계 지향성의 조절 효과를 검증하는 데 있다. 또한 이들 변수간의 관계가 성별에 따라 다르게 나타나는 지 살펴보았다. 인터넷 설문조사에 응답한 대학생들 295명(평균연령 23.05세, 표준편차=2.69; 남 143명, 여 152명)을 대상으로 SNS 중독 경향성 질문지, 외로움 척도 및 대인관계 지향성 척도를 실시하였다. 이를 바탕으로, 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향과 이 두 변수의 관계에서 대인관계 지향성의 조절효과를 분석하였다. 그 결과, 외로움과 대인관계 지향성은 남녀 대학생 모두에서 SNS 중독 경향성에 유의한 정적 관계를 갖는 것으로 나타났다. 그러나 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향은 여자 대학생들보다 남자 대학생들에서 더 강하게 나타났다. 또한 외로움과 SNS 중독 경향성 간의 관계에서 대인관계 지향성의 조절 효과는 여자 대학생 집단에서만 유의하였다. 여자 대학생의 경우, 대인관계 지향성이 높을수록 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향이 더 큰 것으로 나타났다. 이러한 결과들은 대인관계 지향성이 높은 외로운 사람들은 SNS 중독에 더 취약함을 시사한다. 더욱이, 본 연구에서 나타난 성차는 남성과 여성의 SNS 중독 기전이 다를 가능성을 시사한다. 따라서 SNS 중독을 완화시키기 위해서는 외로움과 대인관계 지향성의 관계가 성차와 함께 고려되어야 한다.

주요어: SNS 중독 경향성, 외로움, 대인관계 지향성, 성차