

여대생의 거부민감성과 SNS 중독경향성의 관계: 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략의 매개효과*

강 지 영

심 혜 원[†]

한국상담대학원대학교

본 연구에서는 SNS를 사용하고 있는 20대 여자대학생을 대상으로 거부민감성, 완벽주의적 자기제시, 부적응적 인지적 정서조절전략, SNS 중독경향성의 관계를 확인하고, 거부민감성이 SNS 중독경향성에 영향을 주는 과정에서 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략이 매개효과를 가지는 지 확인하고자 하였다. 이를 위해 20대 여자 대학생 388명을 대상으로 SPSS 22.0과 AMOS 22.0을 사용하여 구조방정식 분석을 실시하였는데, 거부민감성은 부적응적 인지적 정서조절전략을 부분매개하여 SNS 중독경향성에 영향을 주는 것으로 나타났고, 거부민감성은 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략을 순차적으로 매개하여 SNS 중독경향성에 간접적으로 영향을 주는 것으로 나타났다. 본 연구는 우리나라의 SNS 사용률에서 가장 높은 비율을 차지하고 있는 20대 여대생의 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 대인관계적 요인과 영향을 밝혔다는 데 의의가 있다. 마지막으로, 본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언을 기술하였다.

주요어 : SNS 중독경향성, 거부민감성, 완벽주의적 자기제시, 부적응적 인지적 정서조절전략

* 본 연구는 강지영(2020)의 석사학위 논문을 일부 수정 및 보완한 것임.

† 교신저자: 심혜원, 한국상담대학원대학교, 서울특별시 서초구 효령로 366

E-mail: hwshim@kcg.ac.kr

‘1인 1스마트폰 시대’에 사는 우리는 SNS (Social Network Service) 세상에서 또 다른 방식으로의 인간관계를 경험하고 있다. 사람들과 얼굴을 마주하지 않고도 SNS를 통해 언제 어디서든 소통할 수 있고, 다른 사람들의 생각과 삶의 모습을 공유하면서 소속감과 연결감을 느끼기도 한다. 또한, 관심사가 맞는 사람이나 콘텐츠를 팔로우(follow)하여 계정에 로그인(log-in)만 하면 정보를 시시때때로 확인할 수 있다. 댓글과 공감을 통해 사람들과 소통하며 관계를 유지하고, 관심있는 정보를 시간과 공간에 상관없이 즉각적으로 얻을 수 있으며, 다양한 인맥과 관심사를 확장할 수 있다는 점에서 SNS는 매력적인 매체에 틀림없다.

반면, 한편에서는 SNS의 부작용으로 무분별한 정보의 확산, 사생활 노출과 함께 지나친 사용으로 인한 SNS 중독문제가 사회문제로 대두되고 있다(오윤경, 2012). 2019년 한국정보화진흥원의 조사에 따르면, 스마트폰 과의존 위험군에서 메신저와 SNS를 가장 많이 이용하는 것으로 나타나, 메신저와 SNS 이용이 스마트폰 과의존과 관련이 높다는 것을 보여주었다.

SNS를 주로 사용하는 사람들은 다른 물질이나 행위중독 증상과 비슷한 경험을 하는 것으로 밝혀졌으며(Echeburua, Corral, 2009), SNS에 새로 올라온 게시물이나 댓글을 확인하려는 욕구는 담배나 술의 중독성보다 강하다고 보고되고 있다(Hofmann, Vohs, & Baumeister, 2012). 또한, 페이스북 사용자의 약 50%에 해당하는 3억 5천만 명이 SNS 중독으로 인한 증상을 보이고 있으며, 10개국 1천명의 대학생 중 대부분이 SNS를 단절한 후 불안과 좌절감, 고립감, 신체적 문제를 동반하는 것으로

보고되었다(Sickfacebook, 2010). 이렇듯 SNS를 과도하게 사용하고 의존성이 높아지는 경우, 우리는 심리적인 부작용 문제를 겪을 수 있다.

특히, 대학생은 중고등학교 시절의 제한적인 대인관계에서 벗어나 선후배, 교수, 연인 등 더 넓고 다양한 인간관계를 형성하기 시작하는 시기로 SNS에서의 대인관계도 확장되고, 중고등학생과 달리 스마트폰 사용이 자유로워져 스마트폰 사용시간도 늘어나기 때문에 SNS 중독경향성에 더욱 취약할 수 있다. 2019년 정보통신정책연구원의 조사에서는 20대의 SNS 이용률이 82.3%로 가장 높게 나타났고, 평균 SNS 이용시간이 가장 많은 세대도 20대로 하루 평균 1시간 7분 정도 이용하는 것으로 나타났다. 대학생 901명을 대상으로 한 SNS 이용행태 조사에서는 여대생(1.18시간)이 남학생(0.95시간)보다 SNS에 몰입하는 시간이 길었고(한국직업능력개발원, 2014), 최근 한 설문조사에서는 여대생 10명 중 3명이 스스로 스마트폰 중독으로 인식하며, 특히 응답자의 61.1%가 SNS 사용을 스마트폰의 주요 사용동기로 답한 것으로 나타났다(헬스조선, 2020. 6. 11). 이러한 현상들을 고려했을 때, SNS 중독에 더 취약할 수 있는 20대 여자 대학생의 SNS 중독경향성을 이해하고 예방할 수 있는 심리적 기제들에 대해 살펴 볼 필요성이 있다고 사료된다.

SNS 중독경향성과 관련된 연구에서 성별을 다룬 연구는 아직 부족하지만, SNS 중독경향성의 수준은 성별에 따라 차이를 보이고, 일반적으로 여성이 SNS에 중독되는 정도가 더 높은 것으로 알려져 있다(박승혜, 2018). 선행 연구 결과에서도 여자 대학생이 남자 대학생에 비해 SNS 중독경향성 수준이 높은 것으로

나타났다(김선미, 서경현, 2015; 이영은, 박현주, 허창구, 2016; 이현주, 김혜경, 2015; Chae, Kim & Kim, 2018).

Kuss와 Griffiths(2017)는 여성의 SNS 중독 취약성이 SNS에서 핵심이라 할 수 있는 자기표현, 관계 형성 등의 요소가 남성보다 여성의 성향에 더 부합하기 때문이라고 설명했다. 최근 많은 연구에서 SNS 중독경향성과 대인관계의 상관이 밝혀지고 있는데, SNS 중독경향성이 높을수록 대인관계에서의 만족감은 낮다고 보고되었으며(오윤경, 2012), 대인관계 지향성의 정도에 따라 SNS 중독경향성이 달라지고(박승혜, 2019), 관계욕구에 대한 불만족이 SNS 중독경향성을 높인다는 결과(박소현, 2015) 등 여러 선행연구에서 대인관계문제가 SNS 중독경향성과 관련이 있는 것으로 보고되었다(유경자, 2017; 구자영, 2018; 구서희, 2019; 신가영, 2019). 2019년 한국정보화진흥원의 조사 결과, SNS를 이용하는 이유로 '친교/교제'(80.0%)가 가장 높은 비율로 나타난 것도 SNS의 이용이 관계 형성의 요소와 밀접한 관련이 있음을 시사하고 있다.

SNS 중독은 관계중독의 한 형태로 볼 수 있으며, 업데이트에 대한 강박과 타인에 대한 의존성을 갖는 독특함을 가지고 있다(이선경, 2017; 김보경, 2016). Flores(2010)는 어린시절 안정적인 애착관계를 통한 친밀감과 정서적 안정감을 경험하지 못할 경우에 심리적인 불편함을 겪을 수 있는데, 그런 상태가 지속되면 중독 대상이나 행위에 집착할 가능성이 커진다고 하였다.

애착의 질을 결정하는 것은 주양육자의 민감한 반응성(sensitive responsiveness)인데, 초기 아동기 때 양육자로부터 반복적인 거부를 당한 경험으로 인해 이후에 타인들이 자신을 거

부할지도 모른다는 불안감을 가지게 될 때, 이를 거부민감성(rejection sensitivity)이라 한다. 거부민감성은 대인관계에서 거부당할지도 모른다는 불안한 예측과 더불어 항상 거부를 지각하고, 거부당하는 것에 과민한 반응을 하는 인지-정서적 과정으로(Feldman & Downey, 1994) 비교적 인생 초기에 만들어지며(Feldman & Downey, 1994; Pietzak, Downey, & Ayduk, 2005) 생애 전반의 대인관계에 지속적인 영향을 미치게 된다.

거부민감성이 높은 사람은 타인에게 거부당할 것을 미리 짐작하고 거부반응인지 불확실할 때에도 거부로 해석하고 회피적이거나 적대감을 보이는 등 비적응적으로 반응하는 경우가 많다(안선경, 2016). 거절당할 것을 미리 불안하게 느끼고 거절로 느끼는 경향이 강할수록 스마트폰을 중독적으로 사용하게 된다는 연구결과가 있고(심보현, 2013), 거부민감성이 SNS 중독경향성에 영향을 주는 것으로 확인되었다(김기숙, 2019; 이선경, 2017). 또한, 거부민감성이 높으면 타인의 인정욕구는 높으나 사람들과의 실제 상호작용보다는 가상 세계로 몰입하면서 SNS 중독에 빠질 위험이 높을 것이라는 신민주(2017)의 연구결과도 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향에 대한 근거를 뒷받침한다. 특히, 거부민감성이 남성보다 여성에게 더 높게 나타난 선행연구들을 통해(조재숙, 2016; 이영아, 2014; Downey et al., 1996; Erozkhan, 2009) 거부민감성이 여성의 대인관계 및 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 추측할 수 있다.

즉, 거부민감성이 높은 사람은 관계욕구는 높지만 거부당할지도 모른다는 불안감과 부정적인 정서 때문에 사회적인 관계를 맺는 것에 어려움을 느낀다. 그러나 SNS에서는 선택적

관계맺기와 즉각적인 피드백으로 관계욕구를 채울 수 있고, 대인관계를 통제함으로써 거부 당할지도 모른다는 불안감을 줄일 수 있기 때문에 SNS는 거부민감성이 높은 사람에게 매력적인 소통 매체가 될 수 있다. 이처럼 거부민감성이 높으면 SNS 중독에 빠질 수 있는 가능성이 높지만, 거부민감성이 있는 모든 사람이 SNS 중독에 빠진다고 볼 수는 없다. 본 연구는 거부민감성이 높은 사람들이 SNS를 과도하게 사용하게 되는 심리내적 변인과 그 경로를 밝혀 보고자 한다.

거부민감성이 높은 사람들은 거부를 피하는 것에 가치를 두고, 거부를 당할 수 있는 상황이나 거부와 관련된 신호를 지각할 때 과잉 반응하게 된다(Levy, Ayduk, & Downey, 2001). 거부민감성이 높은 사람들은 자신을 거부할지도 모르는 상황을 두려워하기 때문에 자아를 보호하기 위한 태도를 발달시키게 되고, 거부당하는 상황을 피하기 위해 일상에서 전략을 사용할 수 있다(김잔디, 2018). 스스로가 생각했을 때 거절당하지 않을 만하며 바람직한 자기에 대한 개념으로, 그 개념들이 위협받지 않을 행동만을 선택하게 되는 것이다(Rhodewalt & Davidson, 1986).

이처럼 사회적 상황에서 자신을 완벽하게 보이도록 노력하고 자신의 실수나 불완전함을 감추려고 하는 극단적인 자기 제시 양상을 완벽주의적 자기제시(perfectionistic self-presentation)라고 한다(Hewitt et al., 2003). 완벽주의적 자기제시는 완벽주의 성향의 대인관계적이고 표현적인 측면으로, 개인 내적인 문제와 대인관계적인 문제 모두와 관련이 있다(Hewitt et al., 2003; 이효진, 2019 재인용). 또한, 완벽주의적 자기제시는 거절당할 수 있는 상황과 같이 스트레스가 예상되는 상황을 미리 방지하기 위

해 작동한다(Hewitt, Habke, Lee-Baggley, Sherry, & Flett, 2008). 완벽주의적 자기제시 욕구가 높은 사람은 자신의 실수나 결함이 다른 사람들에게 드러나는 것에 대해 지나치게 걱정하고, 자신을 유능한 사람으로 보이길 원하며, 다른 사람들에게 자신의 결함이 드러나는 상황을 회피한다(임숙영, 2016).

SNS를 이용하는 사람들은 자신의 프로필을 선택적으로 제시한다. 프로필 또는 자신의 계정을 통해 자신이 보여주고 싶은 모습만을 제시할 수 있기 때문에 타인에게 인정받지 못할 것 같은 면은 쉽게 드러내지 않을 수 있다. 이런 SNS의 특성은 자신을 실제보다 긍정적으로 제시하며, 부정적인 면은 보여주지 않으려는 완벽주의적 자기제시 행동을 유발할 수 있다.

선행연구에서는 완벽주의적 자기제시 성향이 SNS 중독경향성에 영향을 주고(안주희, 2016; 조준희, 2017; 서은진, 2019; 유미진, 2020), 임숙영(2017)의 연구에서는 완벽주의적 자기제시의 욕구수준이 높은 대학생일수록 SNS 중독경향성이 높다는 결과가 나타났으며, 구서희(2019)의 연구에서도 완벽주의적 자기제시와 SNS 중독경향성은 정적 상관을 보였고, 이는 오프라인 대인관계에서 자기표현이 어려운 사람일수록 자신의 완벽한 모습을 보여주며 고독을 해소하는 공간으로 SNS를 활용하기 때문이라고 보았다. 특히 박승혜(2019)는 여자 대학생의 SNS 중독경향성이 완벽하게 보이고자 하는 욕구에서 비롯될 수 있음이 확인되어 성별에 따라 다른 개입이 필요함을 제안하였다. 즉, 완벽한 모습만 보이려 하는 완벽주의적 자기제시 욕구가 오히려 대인관계에 부정적 영향을 주며, 실제 대인관계보다 SNS를 선호하여 SNS 중독경향성으로 이어질 가

능성을 높일 수 있다고 예측할 수 있다.

앞서 말했듯, 거부민감성은 거부에 대한 불안을 예상하기 때문에 부정적인 정서로 인한 심리적 어려움에 처할 가능성이 높다. 부정적인 정서의 조절 실패가 반복적으로 나타날 때 결국 심리적 부적응으로 이어지게 된다(이지영, 2008). 이는 정서를 알아차리고 어떻게 조절하고 대처하느냐가 중요함을 시사한다. 최보경(2018)의 연구에서는 거부민감성이 높으면 부적응적 인지적 정서조절전략을 사용하는 경향을 보였고, 거부의 예상으로 인한 부정정서에 대한 인지적 대처의 관련성이 확인되었다. 또한, 고아라(2017)의 연구에서는 거부민감성이 활성화될 때 부적응적 인지적 정서조절 전략을 사용하면 대인관계 상황에서 거부불안을 더 심하게 느끼는 것으로 나타났다.

인지적 정서조절전략은 개인이 부정적인 정서를 유발하는 상황에서 정보를 해석하고 판단하는 것을 변화시킴으로써 부정적 정서와 행동을 조절할 수 있다는 것이다(Quiggle, Garber, Panak, Dodge, 1992). 인지적 정서조절 전략은 적응적 전략과 부적응적 전략으로 구분되는데(Garnefski, 2001), 적응적 전략은 조망 확대, 계획 다시 생각하기, 긍정적 초점 변경, 긍정적 재평가, 수용이 해당되며 선행연구에서 우울, 사회불안과 같은 부정적 정서와 부적 상관을 보였다(이승현, 2011; 한성희, 2015). 반면, 부적응적 정서조절 전략은 반추, 자기비난, 타인비난, 파국화가 해당되며, 대인관계문제, 우울, 수치심, 분노와 같은 부정적 정서와 정적 상관을 나타냈다(강민경, 2018).

본 연구에서는 거부민감성이 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 매개변인으로 부정적인 인지적 정서조절전략만을 사용하고자 한다. 정서조절의 어려움은 중독과 연관성이 많은

데, 정서를 조절하지 못하면 인터넷이나 스마트폰 중독으로 이어질 확률이 높고(김희정, 2012; 윤보영, 2016), 부적응적 정서조절전략을 주로 사용할 때 SNS 중독경향성이 높아지는 것으로 나타났다(이은지, 2015; 권혜민, 2016; 문슬빈, 2017). 조준희(2017)는 여대생이 부정적 감정에서 도피하기 위한 수단으로 SNS를 사용하는 경향 때문에 남학생보다 SNS 사용량 조절에 실패할 가능성이 높아 SNS에 더 몰입하게 된다고 하였다.

정리해보면, 거부민감성이 높은 사람은 대인관계에서 거부당할지도 모른다는 불안으로 자신이 완벽하다고 생각되는 모습만 보여주려는 완벽주의적 자기제시 욕구가 높을 것이다. 그리고 완벽주의 성향이 있는 사람들은 자신의 정서를 살펴보고 구체화하기보다는 자신이 어떻게 평가되고 수용될 수 있는지 등 관심의 초점을 외부에 두는 경향이 있으므로(김아름, 이지연, 2011) 부적응적인 인지적 정서조절 전략을 사용할 가능성이 높고, 부적응적인 정서조절전략을 많이 사용하면 부정적인 정서나 상황을 회피하면서도 관계욕구를 채울 수 있는 SNS에 몰입할 경향성이 더 높을 것이라고 가정할 수 있다.

따라서 본 연구에서는 거부민감성, SNS 중독경향성, 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략의 관련성을 살펴보고, 이를 통해 SNS 중독에 취약할 수 있는 여대생들의 대인관계적 요인인 거부민감성과 행동적 측면인 완벽주의적 자기제시, 정서적 측면인 인지적 정서조절전략을 파악하여 통합적인 치료 개입을 함으로써 SNS 중독을 위한 상담에 도움을 주고자 한다.

이상의 선행연구를 종합하여 설정한 본 연구의 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 여대생의

거부민감성, 완벽주의적 자기제시, 부적응적 인지적 정서조절전략, SNS 중독경향성 간에 유의미한 상관이 있을 것이다. 둘째, 여대생의 거부민감성과 SNS 중독경향성의 관계에서 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략이 유의미한 매개효과를 나타낼 것이다. 셋째, 여대생의 거부민감성은 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략을 순차적으로 매개하여 SNS 중독경향성에 유의한 영향을 미칠 것이다.

방 법

연구대상

본 연구는 SNS를 1개 이상 사용하고 있는 여자 대학생을 대상으로 설정하였다. 연구를 위해 자기보고 형식의 설문지를 제작하여 전국의 여대생 400명에게 온라인 설문조사를 실시하였고, 불성실한 응답을 하거나 기재사항을 누락한 12개의 설문지를 제외한 388개의 설문지만을 최종 분석 대상으로 삼았다. 연구 참여자의 평균 연령은 만 23.5세($SD=2.2$)였고, 주로 사용하는 SNS는 인스타그램이 70.1%로 압도적으로 많았다. 하루 중 사용시간은 30분~2시간 미만이 대부분을 차지했고, 하루 접속빈도는 10회 미만~ 20회가 각각 46.6%와 36.1%로 대부분이었다. 또한, SNS 활동유형은 타인 게시물 보기가 30.3%, 관심 계정 팔로우가 19.0%, 게시물 반응(댓글, 좋아요)이 18.9%, 정보 습득 및 공유가 17.1%, 사진과 글 게시 14.8%로 나타나 적극적인 자기표현 보다는 타인의 게시물이나 정보를 탐색하는 유형이 조금 더 많았다.

측정도구

대학생 거부민감성 척도

Downey와 Feldman(1996)이 개발한 거부민감성 질문지(The Rejection Sensitivity Questionnaire: RSQ)를 이복동(2000)이 번안 및 타당화한 것을 사용하였다. 본 척도는 일상생활에서 부모, 친구, 연인, 교수 등의 중요한 타인에게 요구해야 하는 18개의 상황을 제시하고, 각각의 상황에서 '거부불안'과 '거부기대'를 예상하는 정도를 답하게 되어 있다. 18개 상황 각각에서 거부불안 요인 18문항과 거부기대 요인 18문항의 하위요인으로 총 36개 문항이 짝지어져 있고, 각 문항은 6점 Likert 척도 상에서 평정한다. 거부민감성 점수는 각 상황에서 거부불안 점수와 역채점한 거부기대 점수를 곱한 다음, 구해진 18개 값을 모두 합하여 18로 나눈 값이다. 점수는 1점에서 36점까지 산출되며, 점수가 높을수록 거부민감성이 높음을 의미한다.

Downey와 Feldman(1996)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .83, 한국 대학생을 표본으로 한 이복동(2000)의 연구에서는 .87로 나타났다. 본 연구에서 거부민감성에 대한 신뢰도는 .928로 나타났다.

완벽주의적 자기제시 척도

Hewitt 등(2003)이 개발하고 하정희(2011)가 한국의 실정에 맞게 수정·번안 후 타당화한 한국판 완벽주의적 자기제시 척도(Perfectionistic Self-Presentation Scale: PSPS-K)를 사용하였다. 본 척도는 총 19문항으로 완벽주의적 자기노력(PSP) 8문항, 불완전함 은폐노력-행동적(NDP) 5문항, 불완전함 은폐노력-언어적(NDC) 6문항의 세 가지 하위척도로 구성된다. 각 문항은

7점 리커트 척도(1: 전혀 그렇지 않다 ~ 7: 매우 그렇다)로 평정하며, 10번 문항은 역채점 문항으로, 총 점수가 높을수록 완벽주의적 자기제시의 정도가 높음을 의미한다. 하정희(2011)의 연구에서 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .85이었으며, 완벽주의적 자기노력은 .88, 불안전함 은폐노력-행동적은 .75, 불안전함 은폐노력-언어적은 .75로 나타났다. 본 연구에서 전체 신뢰도는 .878, 완벽주의적 자기노력은 .879, 불안전함 은폐노력-행동적은 .793, 불안전함 은폐노력-언어적은 .823으로 나타났다.

인지적 정서조절전략 척도

Garnefski(2001)가 개발한 인지적 정서조절 전략 질문지(CERQ)를 김소희(2004)가 번안 및 수정한 것을 사용하였다. 본 척도는 부정적이고 불쾌한 일을 경험할 때 떠오르는 9가지 인지적 대처방략을 측정하는 도구로, 총 9가지 하위요인들 중 적응적 인지적 정서조절전략 5가지와 부적응적 인지적 정서조절전략 4가지로 구분된다. 각 하위요인별 4문항씩 총 36문항이며, 각 문항은 5점 리커트 척도(1: 전혀 그렇지 않다 ~ 5: 매우 그렇다)로 측정된다. 각 하위요인의 점수가 높을수록 그에 해당하는 전략을 많이 사용함을 의미한다. 본 연구에서는 부적응적 인지적 정서조절전략인 자기 비난, 타인비난, 반추, 파국화를 측정하는 16 문항만을 사용하였다. 김소희(2004)의 연구에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 전체 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .83으로 자기비난 .76, 타인비난 .83, 반추 .68, 파국화 .78로 보고되었으며, 본 연구에서 전체 신뢰도는 .859, 자기비난 .764, 타인비난 .771, 반추 .735, 파국화 .823으로 나타났다.

대학생용 SNS 중독경향성 척도

정소영과 김종남(2014)이 베르겐 페이스북 중독 척도(Bergen Facebook Addiction Scale: BFAS)를 번안하고 한국정보화진흥원이 개발한 '성인 인터넷 중독 자가진단 간략형 척도(KS-A)'를 검증 및 수정하여 스마트폰 중독 척도 및 페이스북 척도 일부 문항을 새롭게 추가한 후 경험적 접근을 통해 문항을 개발하고 타당화한 대학생용 SNS 중독경향성 척도를 사용하였다. 본 척도는 '조절실패 및 일상생활장애'(7문항), '몰입 및 내성'(7문항), '부정정서의 회피'(5문항), '가상세계 지향성 및 금단'(5문항)의 4개 하위요인 24문항으로 구성되어 있다. 4점 리커트 척도(1점: 전혀 그렇지 않다 ~ 4점: 매우 그렇다)로 측정되며, 점수가 높을수록 SNS 중독경향성이 높은 것을 의미한다. 정소영과 김종남(2014)의 연구에서 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .92로, 조절실패 및 일상생활장애 .84, 몰입 및 내성 .80, 부정 정서의 회피 .81, 가상세계 지향성 및 금단 .77로 보고되었으며, 본 연구에서 전체 신뢰도는 .941, 조절실패 및 일상생활장애 .865, 몰입 및 내성 .818, 부정 정서의 회피 .849, 가상세계 지향성 및 금단 .809로 나타났다.

자료분석

본 연구에서는 자료분석을 위해 SPSS 22.0 프로그램과 AMOS 22.0 프로그램을 사용하였으며, 분석 과정은 다음과 같다. 첫째, 응답자들의 인구통계학적 특성을 확인하기 위해 기술 통계분석과 빈도 분석을 실시하였고 Cronbach's α 계수를 산출하여 연구에 사용된 척도들의 신뢰도를 확인하였다. 둘째, 연구변인의 경향성과 정상분포 여부를 확인하기 위

해 기술통계분석을 실시하였다. 셋째, 상관분석을 통해 연구변인들 간의 상관관계를 확인하였다. 넷째, 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향에 대한 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략의 매개효과 검증에 위해 구조방정식 모델링을 통한 매개모형 검증을 실시하였고, 부트스트랩(Bootstrap) 기법으로 간접효과 신뢰구간을 산출하여 간접효과 유의미성을 검증하였다.

결 과

기술통계

각 변인의 평균, 표준편차 및 왜도와 첨도의 분석결과는 표 1과 같다. 변인의 왜도값은 -.133에서 .673, 첨도값은 -.487에서 2.173으로 나타나 절대값 기준 왜도<2, 첨도<7로 정규분포 가정을 충족했다.

상관분석

연구변인들 간의 상관계수를 살펴보면, 거부민감성은 완벽주의적 자기제시($r=.337, p<.01$), 부적응적 인지적 정서조절전략($r=.430, p<.01$), SNS 중독경향성($r=.388, p<.01$)과 모두 유의한 관계가 있음이 확인되었다. 완벽주의적 자기제시는 부적응적 인지적 정서조절전략

($r=.432, p<.01$) 및 SNS 중독경향성($r=.244, p<.01$)과 정적 상관관계를 나타내었고, 부적응적 인지적 정서조절전략은 SNS 중독경향성과 유의미한 정적 관련성을 보이는 것으로 나타났다($r=.347, p<.01$).

세부 요인 상관관계를 확인해 본 결과, 완벽주의적 자기제시의 세부 요인인 불완전함은폐-행동적 요인이 SNS 중독경향성 요인들 및 부적응적 인지적 정서조절전략의 세부 요인인 타인비난과는 상관이 유의하지 않게 나타났다. 상관분석 결과 나타난 연구변인들 간의 Pearson 상관계수는 표 2에 제시하였다.

측정모형 검증

본 연구에서 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향에 대한 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략의 매개효과를 검증하기 위해 구조방정식 모델을 사용하였다. 이를 위해 먼저 거부민감성, 완벽주의적 자기제시, 부적응적 인지적 정서조절전략, SNS 중독경향성에 대해 문항묶음(item parcelling)을 실시하여 분석을 진행하였다. 문항묶음을 위해 요인 계수를 한 개로 지정한 후 탐색적 요인분석을 실시하고, 각 문항의 요인 계수를 구하여 각 잠재변인의 요인부하량이 비슷하도록 문항들을 묶는 방법을 사용하였다(서영석, 2010; 이지현, 김수영, 2016).

표 1. 주요 변인들의 기술 통계치 (N=388)

변인	평균	표준편차	왜도	첨도
거부민감성	11.90	3.68	.673	2.173
완벽주의적 자기제시	4.66	0.76	-.064	.005
부적응적 인지적 정서조절전략	3.09	0.54	-.133	-.195
SNS 중독경향성	2.13	0.53	.010	-.487

표 2. 주요 변인들의 상관관계 (N=388)

	1	2	2-1	2-2	2-3	3	3-1	3-2	3-3	3-4	4	4-1	4-2	4-3	4-4
1. 거부민감성	1														
2. 완벽주의적 자기제시	.337**	1													
2-1. 완벽주의적 자기노력	.311**	.850**	1												
2-2. 불완전함 은폐-행동적	.213**	.635**	.350**	1											
2-3. 불완전함 은폐-언어적	.221**	.745**	.417**	.264**	1										
3. 부적응적 인지적 정서조절전략	.430**	.432**	.348**	.392**	.258**	1									
3-1. 자기비난	.361**	.311**	.238**	.290**	.195**	.746**	1								
3-2. 타인비난	.225**	.207**	.208**	.092	.142**	.528**	.066	1							
3-3. 반추	.283**	.377**	.281**	.465**	.158**	.765**	.580**	.138**	1						
3-4. 과국화	.376**	.361**	.286**	.296**	.246**	.863**	.532**	.377**	.527**	1					
4. SNS 중독경향성	.388**	.244**	.306**	-.035	.203**	.347**	.261**	.187**	.171**	.369**	1				
4-1. 조절실패 및 일상생활장애	.309**	.204**	.231**	-.034	.202**	.322**	.247**	.176**	.156**	.341**	.911**	1			
4-2. 몰입 및 내성	.336**	.212**	.283**	-.055	.169**	.285**	.212**	.134**	.133**	.328**	.912**	.818**	1		
4-3. 부정 정서의 회피	.333**	.236**	.273**	.017	.183**	.316**	.266**	.126*	.193**	.320**	.824**	.632**	.624**	1	
4-4. 가상세계지향성 및 금단	.412**	.216**	.307**	-.063	.154**	.300**	.193**	.232**	.125*	.309**	.866**	.679**	.722**	.716**	1

** $p < .01$ * $p < .05$

매개모형 검증은 Anderson과 Gerbing(1988)이 제안한 2단계 접근법에 따라 측정모형 검증과 구조모형 검증으로 적합도를 분석하였다. 구조방정식 모형의 적합도는 홍세희(2000)의 연구에 따라 Comparative Fit Index(CFI), Tucker Lewis Index(TLI), Root Mean Square Error of Approximation(RMSEA)을 확인하였다. 측정모형

의 적합도는 CFI=.979, TLI=.972, RMSEA=.065, $\chi^2=125.349(df=48, N=388)$ 로 측정모형의 적합도 지수는 양호하여 모형수용을 위한 기준을 적절히 만족시키는 것으로 나타났으며, 측정변수들이 잠재변수를 적절하게 설명하고 있는 것으로 나타났다(표 3).

표 3. 측정모형의 적합도 지수 (N=388)

	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA(90%CI)
측정모형	125.349	48	.972	.979	.065

연구모형 검증

본 연구에서는 선행연구를 바탕으로 거부민감성이 SNS 중독경향성으로 가는 직접적인 경로, 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략을 각각 거치는 경로, 마지막으로 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략을 순차매개하여 가는 경로를 포함하는 모형을 연구모형으로 설정하였다.

구조모형 검증과정에서 완벽주의적 자기제시와 SNS 중독경향성 간의 직접효과를 나타낸 선행연구가 부족한 실정에 따라 완벽주의적 자기제시에서 SNS 중독경향성으로 향하는 경로를 제외하고, 거부민감성이 SNS 중독경향성에 직접 영향을 주는 경로와 거부민감성이 부적응적 인지적 정서조절을 매개로 SNS 중독경향성에 영향을 주는 경로, 거부민감성이 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략을 순차적으로 매개하는 경로가 포함된 경쟁모형을 설정하였다. 연구모형과 경쟁모형은 상호포함모형 관계(nest-nested model)이기 때문에 χ^2 차이검증을 실시하여 모형 간 우위를 통계적으로 검증하고 추가적으로 다른 적합도 지수들의 크기를 비교하게 된다. 연구모형과 경쟁모형의 구조모형 적합도 지수는 표 4와 같다. 연구모형과 경쟁모형의 모형적합도를 살펴보면, 연구모형과 경쟁모형의 적합도 지수에 큰 차이가 없는 것으로 나타났다. 또한 통계모형 비교를 위한 차이검증 결과에서 연구모형과 수정모형의 χ^2 값은 자유

도의 차이를 고려했을 때 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았으며($\Delta\chi^2=4.251, \Delta df=1$) 이는 두 모형의 설명량은 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않는 것을 의미한다. 두 모형의 적합도가 모두 양호하고 두 모형이 통계적으로 유의미한 차이가 없으므로 더 간단한 경쟁모형을 최종모형으로 선정하였다.

최종모형의 경로계수 및 유의성 검증

본 연구에서 수립된 가설을 검증하기 위해, AMOS를 사용하여 그림 1과 같은 구조방정식 모형을 검증하였다. 본 연구모형의 경로계수와 모수추정치를 표 5와 그림 1에 제시하였다. 추정된 모수의 유의성 검증은 0.05 수준에서 판단하였고, 표준화 계수를 제시하여 모수 추정치 간의 비교가 가능하도록 하였다. 그 결과 연구모형의 경로계수들을 살펴보면, 거부민감성은 완벽주의적 자기제시($\beta=.174, p<.01$)와 부적응적 인지적 정서조절전략($\beta=.227, p<.001$)에 모두 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 완벽주의적 자기제시는 부적응적 인지적 정서조절전략($\beta=.453, p<.001$)에 정적인 영향을 미쳤으며, 거부민감성($\beta=.209, p<.001$)과 부적응적 인지적 정서조절전략($\beta=.307, p<.001$) 모두 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 구조모형을 종합하면, 거부민감성이 높으면 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절 전략 수준이 높아지고, 이 때 높아진 완벽주의적 자기제시 수준은 부적응적 인지적 정서

표 4. 연구모형과 경쟁모형의 적합도 지수 (N=388)

	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA(90%CI)
연구모형	125.349	48	.972	.979	.065
경쟁모형	129.600	49	.971	.979	.065

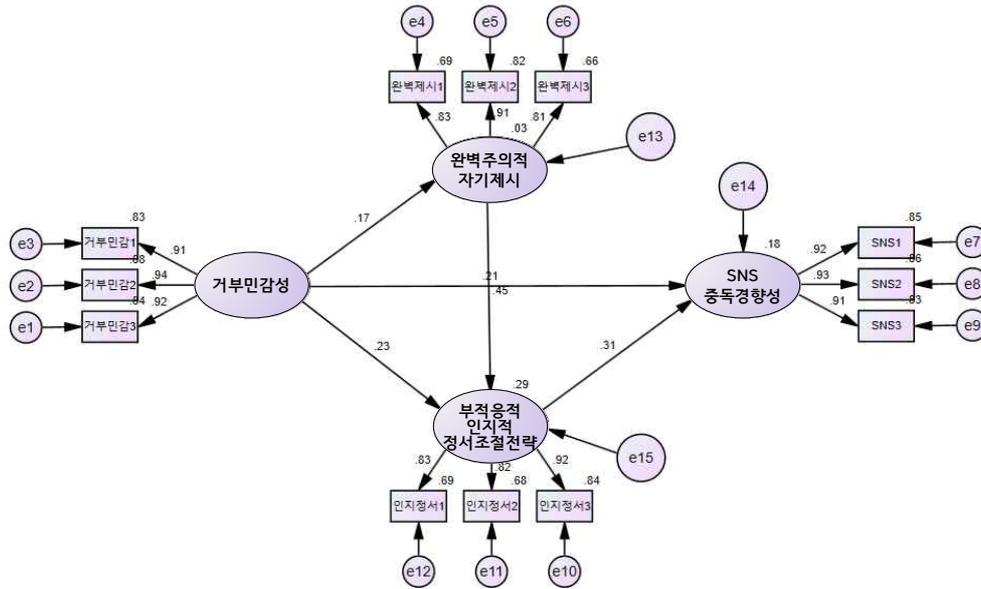


그림 1. 최종모형의 경로계수

표 5. 최종모형의 경로계수

경로	B	β	S.E	C.R
거부민감성 → 완벽주의적 자기제시	.172	.174	.054	3.166**
거부민감성 → 부적응적 인지적 정서조절전략	.191	.227	.041	4.628***
완벽주의적 자기제시 → 부적응적 인지적 정서조절전략	.384	.453	.045	8.571***
부적응적 인지적 정서조절전략 → SNS 중독경향성	.280	.307	.049	5.661***
거부민감성 → SNS 중독경향성	.160	.209	.040	3.978***

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

조절전략을 많이 사용하게 하여, 결과적으로 SNS 중독경향성을 높인다는 것을 보여준다.

매개효과 검증

최종모형에서 거부민감성, 완벽주의적 자기제시, 부적응적 인지적 정서조절전략, SNS 중독경향성 간에 존재하는 효과들을 구체적으로

살펴보고자 직접효과, 간접효과, 총효과로 분해하고 유의미성 검증을 위해 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다. 이를 위해 2,000개의 표본을 생성하고, 신뢰구간은 Bias-Corrected CI를 확인하여 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않을 경우 통계적으로 유의미한 것으로 판단하였다. 분석결과, 거부민감성에서 SNS 중독경향성으로 향하는 매개경로의 경우

부적응적 인지적 정서조절전략만을 거치는 경로와 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략을 순차적으로 거치는 매개경로 두 가지가 존재하며, 각 매개경로에 대해 유의미성 검증을 실시하여 각 경로의 총효과, 직접효과, 간접효과를 표 6에 제시하였다.

이를 살펴보면, 거부민감성에서 SNS 중독경향성으로 향하는 총 효과는 .303이며, 직접효과는 .209이다. 해당 경로의 간접효과는 거부민감성에서 부적응적 인지적 정서조절전략을 통해 SNS 중독경향성으로 가는 간접효과와 거부민감성에서 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략을 통해 SNS 중독경향성으로 향하는 간접효과로 이루어져 있고

95% 신뢰구간의 하한값과 상한값에 0을 포함하지 않아 모든 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다. 완벽주의적 자기제시에서 SNS 중독경향성으로 향하는 경로는 직접효과가 나타나지 않아, 부적응적 인지적 정서조절전략이 완벽주의적 자기제시와 SNS 중독경향성을 완전매개함을 알 수 있다.

본 연구에 사용한 AMOS 22.0의 경우 부트스트랩 방법을 활용하면 매개변수의 간접효과가 각각 제시되지 않고 합산하여 제시되기 때문에 각 매개변수의 세부 경로에 대한 매개효과 크기의 유의성을 검증할 수 없다. 따라서 개별 간접효과를 산출하기 위한 팬텀변수(phantom variable)를 생성하여 유의성을 검증하

표 6. 최종모형의 직접효과, 간접효과, 총효과 및 유의성 검증

경로			직접효과	간접효과 (95%신뢰구간)	총효과
거부민감성	→	완벽주의적 자기제시	.174**		.174**
완벽주의적 자기제시	→	부적응적 인지적 정서조절전략	.453**		.453**
부적응적 인지적 정서조절전략	→	SNS 중독경향성	.307**		.307**
거부민감성	→	완벽주의적 자기제시 → 부적응적 인지적 정서조절전략	.227**	.079** (.027~.129)	.306**
완벽주의적 자기제시	→	부적응적 인지적 정서조절전략 → SNS 중독경향성	-	.139** (.076~.211)	.139**
거부민감성	→	완벽주의적 자기제시 → 부적응적 인지적 정서조절전략 → SNS 중독경향성	.209**	.094** (.049~.156)	.303**

주. 숫자는 표준화 계수

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

표 7. 구조모형의 개별 간접효과와 이중매개효과 검증 결과

경로	B	S.E	(95%CI)	
			lower	upper
거부민감성 → 부적응적 인지적 정서조절전략 → SNS 중독경향성	.053**	.018	.026	.098
거부민감성 → 완벽주의적 자기제시 → 부적응적 인지적 정서조절전략 → SNS 중독경향성	.007**	.004	.002	.017

주. 숫자는 표준화 계수

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

었다. 검증 결과, 거부민감성에서 부적응적 인지적 정서조절전략을 거쳐 SNS 중독경향성으로 향하는 경로($B=.053, p<.01$)의 간접경로가 유의하게 나타나 부분매개효과가 확인되었다. 또한, 거부민감성에서 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략을 순차적으로 거쳐 SNS 중독경향성으로 향하는 경로($B=.007, p<.01$)의 간접경로도 모두 유의한 것으로 나타나 거부민감성과 SNS 중독경향성의 관계에서 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략의 이중매개효과도 확인되었다.(표 7)

논 의

본 연구에서는 SNS를 사용하는 여자대학생을 대상으로 거부민감성, 완벽주의적 자기제시, 부적응적 인지적 정서조절전략, SNS 중독경향성의 관계를 확인하고, 거부민감성이 SNS 중독경향성에 영향을 주는 과정에서 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략이 매개효과를 가지는 지 확인하고자 하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 거부민감성, 완벽주의적 자기제시, 부적응적 인지적 정서조절전략, SNS 중독경향성의 전체 값에 대한 상관은 모두 유의한 정적 상관으로 나타났다. 이것은 거부민감성이 높으면 SNS 활동에 더 몰입할 수 있다는 선행연구와 일치하며(이윤주, 2019; 신민주, 2017; 신현민, 2018), 거부민감성이 높은 사람들이 거부당하지 않기 위해 완벽주의적 자기제시와 같은 부적응적인 행동 전략을 사용하고(김잔디, 2019), 거부가 예상되는 상황에서 부적응적 정서조절전략을 사용하는 경향이 있음을 시사한다(박영은, 2017; 김승분, 2019). 또한, 완벽주의적 자기제시의 욕구수준이 높은 사람이 SNS 중독경향성이 높다는 선행연구(조준희, 2017; 구서희, 2019)와 맥을 함께 하며, 완벽하게 보이려는 행동으로 부정정서를 경험할 때 스트레스에 대처하는 전략이 부족하여 부적응적 인지적 정서조절전략을 사용하고(이효진, 2019), 부정적인 정서를 회피하는 매체로 SNS를 중독적으로 사용할 수 있음을 시사한다(문슬빈, 2017).

둘째, 거부민감성이 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 과정에서 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략이 어떤 역할을

하는지 확인하였다. 개별간접효과 검증에서 확인된 결과, 거부민감성은 부적응적 인지적 정서조절전략을 부분매개하여 SNS 중독경향성에 영향을 주는 것으로 나타났다. 이를 통해 거부민감성은 SNS 중독경향성에 직접적인 영향을 미치는 한편 부적응적 인지적 정서조절전략을 통해 간접적으로도 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 이러한 결과는 대인관계에서 거부당할지도 모른다는 불안을 쉽게 느끼는 거부민감성이 높은 사람들이 거부에 대한 불안을 회피하면서도 대인관계에 대한 욕구를 충족시키기 위해 실제 대인관계보다 가상공간인 SNS에서의 대인관계를 선호한다고 해석할 수 있다. 거부민감성으로 인해 대인관계에서 심리적 불편감이 유발될 때 자기비난, 타인비난, 파국화, 반추 등과 같은 부적응적 인지적 정서조절전략을 사용하면 그것이 다시 대인관계에 악영향을 미치게 되고, 그로 인한 부정적 정서를 회피하기 위해 실제 대인관계보다 통제가 쉬운 SNS 상에서의 대인관계에 몰입하게 된다고 볼 수 있다. 또한 그러한 회피행동은 부적 강화가 이루어져 그로 인해 중독으로 이어질 수도 있다(Baker, 2004). 이는 상담 장면에서 거부민감성이 높은 사람들이 부적응적 인지적 정서조절전략을 발견하고 적응적인 정서조절전략을 획득할 수 있다면 SNS 중독으로 빠질 수 있는 위험을 줄일 수 있음을 의미한다.

마지막으로, 완벽주의적 자기제시는 부적응적 인지적 정서조절전략을 완전매개하여 SNS 중독경향성에 영향을 미치고, 거부민감성은 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략을 순차적으로 매개하여 SNS 중독경향성에 간접적으로 영향을 주는 것으로 나타났다. 이는 거부민감성이 높은 사람은 거절에

대한 불안과 동시에 사회적 관계를 맺고자 하는 강한 욕구로(김진선, 2009) 거절당하지 않기 위해 자신을 완벽하게 보이도록 노력하지만, 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 사람들은 자신에 대한 기대가 크기 때문에 사소한 실수도 실패로 인식하여 자신을 비난하고 자책하는 경향이 크며(안주희, 2016), 이러한 부적응적 인지적 정서조절전략으로 인한 부정적인 정서나 상황을 회피하고 대인관계 욕구를 채우는 매체로 SNS에 몰입할 가능성이 크다고 해석할 수 있다. 이런 결과는 상담 장면에서 SNS 중독경향성이 있는 내담자를 만났을 때, 그가 높은 거부민감성으로 인한 대인관계에서의 어려움 때문에 실제 대인관계보다 SNS에서의 대인관계를 선호하지는 않는지, 대인관계에서 거절에 대한 불안을 피하기 위해 SNS를 사용하면서 자신을 완벽하게 드러내려고 노력하는지, 그로 인해 파생되는 부정적인 정서를 SNS를 사용하는 것으로 해소하는지 등 SNS 중독경향성을 대인관계적 요소와 자기표현적 행동요소, 정서적인 측면에서 모두 살펴볼 필요가 있음을 보여준다.

한편, 완벽주의적 자기제시는 SNS 중독경향성에 직접효과를 보이지는 않았는데, 이는 완벽주의적 자기제시가 높다고 해서 SNS 중독경향성을 초래하는 것은 아님을 의미한다. 안주희(2016)의 연구에서도 완벽주의적 자기제시가 SNS 중독경향성에 직접 영향을 미치지보다 매개변인인 내면화된 수치심을 통해서 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 것으로 확인되었고, 서은진(2019)의 연구에서도 완벽주의적 자기제시와 SNS 중독경향성 사이에서 부정적 평가에 대한 두려움이 완전매개하여 매개변인을 통해서만 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 반면, 조준희

(2017)의 연구에서는 내현적 자기애가 SNS 중독경향성에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 하위요인인 완벽주의적 자기노력이 부분매개 역할을 한 것으로 나타났고, 박승혜(2019)의 연구에서는 완벽주의적 자기제시가 SNS 중독경향성을 정적으로 유의하게 예측하는 것으로 나타나기도 했다. 완벽주의적 자기제시와 SNS 중독경향성의 직접적인 효과에 대해서는 상반된 결과들을 나타내고 있는 바, 이에 대한 후속연구가 더 필요할 것으로 보인다. 본 연구에서는 표집대상의 SNS 활동유형 중 '글, 사진, 동영상 게시'가 가장 낮은 비율(14.8%)로 나타난 것도 하나의 요인으로 추측된다. 즉, 자신의 모습을 노출하는 등 완벽주의적 자기제시가 반영될 수 있는 활동보다 타인의 게시물에 반응하는 식의 소극적 활동을 하는 사용자가 많이 분포된 결과일 가능성을 유추해 볼 수 있다. 또한, SNS 하루 접속 빈도가 10회 미만(46.6%), 하루 평균 SNS 사용시간은 30분~1시간 미만(37.4%)이 가장 높은 비율을 차지한 것을 볼 때, 표집대상에 역기능적인 사람과 기능적인 사람이 섞여있어 SNS 중독경향성의 특징을 드러내기에는 부족했을 가능성도 있다. 그런 맥락에서, 자신의 완벽한 모습만을 드러내어 피상적인 대인관계를 맺고자 SNS를 사용하는 사람보다는 오히려 SNS의 순간적인 면인 기존 대인관계의 유지나 진심어린 소통과 공감을 목적으로 SNS를 적절히 사용하는 대상이 다수였을 가능성도 존재한다. 상담 장면에서는 여대생이 SNS를 통해 어떤 욕구를 충족하고 있는지 먼저 동기를 살피는 것이 상담의 목표와 방향을 설정하는 것에 중요할 것으로 사료된다.

본 연구는 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인으로 거부민감성과 완벽주의적 자기제

시, 부적응적 인지적 정서조절전략의 매개효과를 확인함으로써 상담 개입에서의 활용 가능성을 확인하고자 하였다. 그 결과 거부민감성과 SNS 중독경향성의 관계에서 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략의 순차적 매개효과와 부적응적 인지적 정서조절전략의 부분매개효과가 나타나, 부적응적 인지적 정서조절전략의 간접효과가 주요한 영향을 미친다는 것을 확인하였다. 본 연구의 경우 거부민감성이 높은 여대학생이 SNS 중독경향성을 보일 때, 완벽주의적 자기제시 경향을 파악하고 인지적 정서조절전략을 적응적인 정서조절전략으로 변화를 시도하는 것이 상담개입전략에서 효과적임을 의미한다.

이러한 연구 결과를 활용하여 여대생들을 위한 교육과 상담에 도움을 줄 수 있을 것이다. 본 연구는 거부민감성이 SNS 중독경향성으로 이어지는 경로에서 완벽주의적 자기제시와 정서적 요인인 부적응적 인지적 정서조절전략 간의 영향력을 확인함으로써 그 관계를 설명하는 데 기여했다고 볼 수 있다. 두 가지 매개경로에서 모두 유의한 결과를 보인 부적응적 인지적 정서조절전략의 매개효과를 토대로, 거부민감성과 완벽주의적 자기제시가 높더라도 내담자가 주로 사용하는 부적응적 인지적 정서조절전략을 확인해 거부민감성과 완벽주의적 자기제시로 인한 부정적 정서를 적절히 조율할 수 있는 적응적인 정서조절전략을 획득하는 것이 SNS 중독경향성을 낮추는 데에 도움을 줄 수 있을 것으로 보인다.

본 연구는 우리나라의 SNS 사용률에서 가장 높은 비율을 차지하고 있는 20대 여성의 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 대인관계적 요인들을 살펴보았다는 데 의의가 있다. 그동안의 연구들은 남성과 여성을 구분하지 않

은 연구들이 대다수로, SNS를 가장 많이 사용하는 20대 여성만을 대상으로 한 SNS 중독경향성 연구는 극히 드물다. 본 연구는 20대 여자 대학생의 SNS 중독경향성에 미치는 요인을 살펴보았다는 점에서 의미를 찾을 수 있다. 또한, 거부민감성이 SNS 중독경향성에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략의 이중매개효과를 검증한 결과, 거부민감성이 높은 여대생은 완벽주의적 자기제시를 하는 경향이 높고, 이 때문에 생기는 부정적인 정서를 적응적으로 처리하지 못하게 되어 SNS에 더욱 몰입하게 된다고 해석할 수 있다. 이를 기반으로 여자 대학생이 상담 장면에서 SNS 중독경향성을 호소할 때 거부민감성과 완벽주의적 자기제시 성향을 살펴보고, 특히 부적응적인 인지적 정서조절전략을 사용하는지 탐색함으로써 SNS 중독에 대한 예방과 치료에 개입할 수 있는 이론적 근거를 제시했다는 데에 의의가 있다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, SNS 활동유형 중 자기표현 보다는 타인의 게시물에 반응을 하거나 정보탐색 위주로 활동하는 응답자가 많아 완벽주의 자기제시와 같은 변인에 영향을 주었을 것으로 추측된다. SNS 사용 플랫폼이나 SNS 활동유형 등을 기준으로 세분화하여 표집한다면, SNS 중독경향성과 연구변인에 대한 더 구체적인 결과를 도출할 수 있을 것이다. 둘째, 연구 대상을 20대 여자 대학생으로 선정하였으나, 휴학생 혹은 졸업유예생의 비율이 다소 높아(31.7%) 응답자의 환경이 일관적이지 못한 편이었다. 추후 연구는 일관된 환경의 응답자 위주의 표집으로 연구의 타당성을 좀 더 높이고, 응답자의 특성에 맞는 변인을 찾는 데도 도움이 될 것이다. 셋째, 본 연

구의 자료 수집은 자기보고식 형식에 기초한 것으로 응답자에 따라 방어적이거나 사회적으로 바람직한 방향으로 응답했을 가능성이 있다. 추후 연구에서는 심층면접, 실험연구 등의 다각적인 방법을 사용한다면 보다 신뢰로운 연구가 될 수 있을 것이다. 넷째, 본 연구는 여자 대학생들만을 대상으로 하여 대인관계적 요인을 중심으로 알아보았다. 추후에는 남자 대학생의 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 심리적 요인 또는 남녀 대학생의 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인들을 비교하는 연구 등으로 대학생의 SNS 중독경향성 연구를 더 확장할 수 있을 것이다. 다섯째, SNS 중독경향성 총점에 따라 SNS의 기능적 사용과 역기능적 사용을 살펴볼 필요가 있다. 스마트폰을 통한 비대면 관계가 일상적인 시대에 SNS 사용을 중독의 관점으로만 보는 것은 한계가 있다. 추후에는 SNS 중독경향성의 정도에 따라 SNS를 사용하는 목적과 내용이 어떻게 다른지, 어떤 심리적 욕구들이 반영되며, SNS의 선용과 중독적 사용에 각각 어떻게 영향을 주는지 연구할 필요가 있을 것으로 사료된다.

참고문헌

- 고아라 (2017). 대학생의 거부민감성과 대인관계 유능성의 관계: 인지적 정서조절전략과 사회적 지지의 매개효과. 한국외국어대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 구서희 (2019). 대학생의 내현적 자기애와 SNS 중독경향성의 관계: 완벽주의적 자기제시와 대인관계 어려움의 매개효과. 전북대학교 석사학위 논문.
- 김잔디 (2018). 거부민감성과 사회불안 및 우울

- 의 관계: 완벽주의적 자기제시와 자기침묵의 매개 효과. 가톨릭대학교 석사학위 논문.
- 문슬빈 (2017). 내현적 자기애가 SNS 중독경향성에 미치는 영향: 부적응적 인지적 정서조절전략, 내면화된 수치심의 간접(매개)효과. 경상대학교 석사학위 논문.
- 박소현 (2015). 사회부과적 완벽주의와 SNS 중독경향성의 관계: 관계육구 불만족의 매개효과. 대구대학교 석사학위 논문.
- 박승혜 (2019). 성별에 따른 대학생의 완벽주의적 자기제시 성향, 사회불안, SNS 중독경향성의 관계: 대인관계 지향성의 조절된 매개효과. 이화여자대학교 석사학위 논문.
- 신민주 (2017). 중학생의 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간의 관계에서 거부민감성의 매개효과 및 또래애착의 조절효과. 경일대학교 심리치료학과 상담심리전공 박사학위 논문.
- 박정숙 (2017). 사회불안, 대인관계지향성 및 외로움이 SNS 중독경향성에 미치는 영향. 한국외국어대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 신가영 (2019). 대학생의 애착불안과 SNS 중독경향성: 정서조절곤란과 대인관계문제의 매개효과. 이화여자대학교 석사학위 논문.
- 신민주 (2017). 중학생의 내현적 자기애와 SNS 중독경향성 간의 관계에서 거부민감성의 매개효과 및 또래애착의 조절효과. 경일대학교 심리치료학과 상담심리전공 박사학위 논문.
- 신현민 (2018). 대학생들의 내현적 자기애와 SNS 중독경향성의 관계: 거부민감성과 경험회피의 매개효과. 가톨릭대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 안주희 (2016). 완벽주의적 자기제시와 SNS 중독경향성 간의 관계: 내면화된 수치심, 경험 회피의 매개효과. 광운대학교 석사학위 논문.
- 오윤경 (2012). SNS 중독경향성과 외로움, 우울, 대인관계, 사회적지지의 관계. 한국상담대학원대학교 석사학위 논문.
- 유미진 (2019). 병리적 자기애가 SNS 중독경향성에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과: 인스타그램과 트위터 중심으로.
- 윤보영 (2016). 중학생의 정서조절능력이 스마트폰 중독에 미치는 영향: 공격성의 매개효과. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위 논문.
- 이선경 (2017). 불안정 성인애착과 SNS 중독경향성의 관계: 거부민감성의 매개효과. 성신여자대학교 석사학위 논문.
- 이영은, 박현주, 허창구 (2016). 내현적 외현적 자기애와 SNS 중독 경향성: 대인관계문제의 매개효과를 중심으로 한국심리학회: 사회 및 성격 30(1).
- 이은지 (2015). 대학생의 내현적 자기애와 SNS 중독경향성과의 관계: 인지적 정서조절 전략의 매개효과 검증. 순천향대학교 석사학위 논문.
- 이지영 (2008). 정서조절방략과 정서장애의 관계 및 체험적 정서조절방략의 효과. 서울대학교 박사학위 논문.
- 이현주, 김혜경 (2015). 대학생의 SNS 중독 및 대학생활 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향. 한국산학기술학회 논문지, 16(6), 3944-3953.
- 이효진 (2019). 완벽주의적 자기제시와 사회불안의 관계: 자기불일치와 부적응적 인지적 정

- 서조절 전략의 매개효과. 아주대학교 석사 학위 논문.
- 임숙영, 임영진 (2017). 내현적 자기애와 대학생의 SNS 중독의 관계: 완벽주의적 자기제시의 매개효과. *人間理解*, 38(2), 131-145.
- 조준희 (2017). 내현적 자기애가 대학생의 SNS 중독 경향성에 미치는 영향: 성별에 따른 완벽주의적 자기제시의 매개효과. *성신여자대학교 석사학위 논문*.
- Baker, T. B., Piper, M. E., Mc Carthy, D. E., Majeskie, M. R., & Fiore, M. C. (2004). Addiction motivation reformulated: An affective processing model of negative reinforcement. *Psychological Review*, 111(1),33.
- Chae, D., Kim, H., & Kim, Y. A. (2018). Sex Differences in the Factors Influencing Korean College Students' Addictive Tendency Toward Social Networking Sites. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16(2), 339-350.
- Downey, G., & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327-1343.
- Echeburua, E., & de Corral, P. (2009). Addiction to new technologies and to online social networking in young people: A new challenge. *Adicciones*, 22, 91-95.
- Erozkan, A. (2009). Rejection sensitivity levels with respectto attachment style, gender, and parenting style. *social behavior and Personality*, 37(1),1-14.
- 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, 231-247.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W.,McMurry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1303-1325.
- Hofmann, W., Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2012). What people desire, feel conflicted about, and try to resist in every life. *Psychological Science*, 23(6), 582-588.
- 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.
- Levy, S. R., Ayduk, O., & Downey, G.(2001). Interpersonal Rejection: The Role of Rejection Sensitivity in people's Relationships with Significant Others and Valued Social Groups (p.253). Oxford University Press.
- Sickfacebook.com (2012). 25% college students who use facebook are depressed, Retrieved from <<http://sickfacebook.com/25-college-students-who-use-facebook-are-depressed/>>.
- Young, K. S. (2011, 10, 27). Facebook Addiction Disorder? The Center for Online Addiction:

강지영 · 심혜원 / 여대생의 거부민감성과 SNS 중독경향성의 관계: 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절전략의 매개효과

Bradford, PA, USA, 2009. [on-line]
http://www.netaddiction.com/index.php?option=com_blog&view=comments&pid=5&Itemid=0.

1차원고접수 : 2021. 11. 05.
심사통과접수 : 2021. 12. 10.
최종원고접수 : 2021. 12. 30.

JAMS 2.0
Journal & Article
Management System

**The relationship between rejection sensitivity and SNS addiction
proneness of female Korean university student:
The mediating effects of perfectionistic self-presentation and
maladaptive cognitive emotion regulation strategies**

Kang, Ji-Young

Shim, Hae Won

Korea Counseling Graduate University

The purpose of this study is to verify the mediated effects of perfectionistic self-presentation and maladaptive cognitive emotion regulation strategies in the relationship of rejection sensitivity and SNS(Social Network Service) addiction proneness. For this, online surveys were conducted on 388 female Korean university students in their 20s who are using SNS. As a result, maladaptive cognitive emotion regulation strategies had a partial mediating effect on rejection sensitivity and SNS addiction proneness. It was discovered that perfectionistic self-presentation and maladaptive cognitive emotion regulation strategies sequentially double-mediated the relationship of rejection sensitivity and SNS addiction proneness. This study is meaningful to reveal the interpersonal factors and effects that affect the SNS addiction proneness among female university students in their 20s, who account for the highest percentage of SNS usage in Korea.

Key words : female university student, SNS addiction proneness, rejection sensitivity, perfectionistic self-presentation, maladaptive cognitive emotion regulation strategies